WiLi



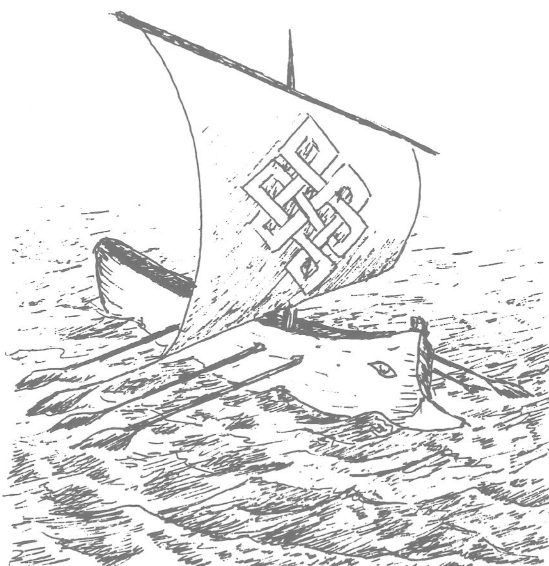
Jewel Heart Nieuwsbrief

jaargang 8, nummer 1 Maart 1998

ODYSSEE NAAR DE VRIJHEID

Gelek Rinpoche

Tijdens de vorige zomerretraite in de VS (zomer 1997) heeft Gelek Rinpoche een nieuwe lamrim geïntroduceerd onder de naam: Odyssee naar de vrijheid. Volgens Rinpoche is deze lamrim traditiegetrouw, maar zonder de traditionele terminologie. In plaats van de beruchte opsommingen zoals "vijf van deze en zeven van die" bestaan de hoofdlijnen van de nieuwe lamrim uit een rechte ladder van 64 stappen naar de vrijheid (gedrukt op het formaat van een boekenlegger). De definitieve tekst blijft een verrassing voor het volgende bezoek van Rinpoche aan Nederland komend voorjaar, wanneer hij over deze nieuwe lamrim gaat lesgeven. In een meditatie tijdens de zomerretraite in de VS vertelde Rinpoche hoe we onszelf kunnen motiveren om aan onze eigen spirituele reis, onze eigen Odyssee te beginnen.



Iedereen lijdt wel ergens onder. Als er geen lijden is, dan scheppen we het zelf. Onze individuele waarneming doet dat. Ook al bedoelt iemand anders het helemaal niet zo, toch neemt de waarnemer waar: "Zij vindt mij niet leuk. Hij vindt mij niet aardig. Zij heeft dat niet gedaan. Hij heeft dit niet gezegd.". Dat is ons lijden. Het is niet de schuld van het individu. Het is de schuld van het negatief karma dat met mij en die andere persoon meekomt. Daardoor lijden wij. Lijden is het gevolg van negativiteiten; dat is samsara.

Wat we ook doen, zolang we worden geboren op de manier en onder de omstandigheden waaronder dat nu eenmaal gebeurt, zal er onvermijdelijk altijd lijden zijn. Daar kunnen we niet aan ontsnappen.

Nu zeg je misschien: "Als dat waar is, moet ik er dan maar mee leren leven? Of is er een uitweg?". Boeddha heeft steeds gezegd: "Ik heb een uitweg gevonden en als je in mijn voetsporen treedt, zul je die uitweg ook vinden". Het was niet zomaar iemand die dat zei. Het was Boeddha die het zei op basis van zijn eigen persoonlijke ervaring.

De uitweg bestaat eruit dat je de oorzaken aanpakt en niet de gevolgen. We spreken van karma, maar door eenvoudigweg te zeggen "Het komt door karma" zijn we nog niet van de oorzaken af. Karma is definitief, zonder twijfel. Maar karma ontstaat in afhankelijkheid en het hangt af van de omstandigheden of het tot resultaten komt. Of die omstandigheden zich voordoen, hangt weer af van het individu.

Als we in staat zijn tot zuiveren, zullen de karmische omstandigheden zich niet voordoen. Op die manier kunnen we veel van ons karma ongedaan maken of juist activeren. Er is dus ruimte om ons leven bij te sturen, en er is ruimte voor wonderen. De eigenlijke controle over ons leven ligt niet bij iemand anders, maar bij onszelf. Ik en jij, wij hebben ons leven zelf in de hand.

Jammer genoeg kunnen we die controle over ons leven niet uitoefenen, omdat onze levens verduisterd zijn. We zijn volledig onder invloed van onwetendheid: de onwetendheid van het niet kennen van het karmisch systeem en de onwetendheid van het niet kennen van de waarheid. We zitten gevangen in het mysterie en het mysterie beheerst ons leven. Onder invloed van onwetendheid handelen we bijna als een zombie.

Het is de hoogste tijd dat we gaan veranderen. Het is de hoogste tijd dat we zelf beslissingen gaan nemen in plaats van ons laten leiden door onwetendheid. Daarvoor moeten we eerst inzicht krijgen in onze eigen toestand. Wanneer we naar onze toestand kijken, beginnen we Boeddha's vier Edele Waarheden in te zien, die buitengewoon belangrijk zijn voor ons leven van nu. Welk beroep je ook hebt, of je nu een druk leven in de stad leidt of in alle rust boven op een berg leeft, druk of niet, wanneer we naar het leven kijken zien we overal de eerste Edele Waarheid: de waarheid van het lijden. Mentaal, fysiek en emotioneel lijden en natuurlijk geboorte, ziekte, ouderdom en dood - het is er allemaal.

Vanuit een positieve benadering zeggen we misschien dat ouder worden volwassen worden en ervaring opdoen betekent en daarom heel mooi is. Maar aan de andere kant zeggen we tegen elkaar: "Goh, je bent een

dagje ouder geworden!". We zeggen misschien dat doodgaan een prachtig, natuurlijk proces is, maar wat betekent doodgaan welbeschouwd voor iemand persoonlijk? Voor mij betekent doodgaan afscheid nemen van dingen, van mensen, van familie. Dat is erg pijnlijk. Voor sommige mensen komt daar nog fysieke pijn bij. Daarom is doodgaan een groot lijden. En uiteraard zijn fysieke, mentale en emotionele ziekten ook heel werkelijk en heel pijnlijk. Zelfs geboorte is pijnlijk; dat weten we allemaal.

De boodschap van dit alles is: onze levens zijn van nature pijn, omdat ze tot stand komen onder invloed van karma en neurosen, zelfs wanneer je een goed leven hebt. Onze levens zijn dus bevlekt. De uitweg bestaat eruit dat we proberen onbevlekt, zuiver te worden. Daar zijn we naar op zoek.

We kunnen allemaal dat niveau bereiken. Boeddha heeft dat gezegd, Boeddha heeft het pad gewezen, Boeddha heeft zijn ervaring met ons gedeeld. Als we dat pad willen volgen, wat is dan het beste moment daarvoor? Het beste moment is meteen! Want op dit moment hebben we de kans en het vermogen om het te doen. Dit leven is het leven waarin ik kan kiezen of ik omhoog of omlaag ga.

De traditionele Tibetaanse leraren zeggen: "Dit is de splitsing. Of je toekomst goed of slecht zal zijn, ligt op dit punt. Welke richting je ook wilt inslaan, hier ligt de mogelijkheid om het te doen. Dit is je kans. Zulke kansen zijn zeldzaam, zeer zeldzaam. Dus wanneer je de kans hebt, wanneer je de methode hebt, wanneer je de omstandigheden hebt, gebruik ze dan en wel meteen. Het is aan jou om te handelen, te mediteren, te denken, te functioneren in overeenstemming met je spirituele pad.".

Zelfs alleen een poging om onze geest te begrijpen en te ordenen, zal ons verbinden met het pad. We hebben dan een verbinding en die verbinding is van enorme waarde voor onze reis, die lange avontuurlijke reis die we hoe dan ook moeten maken. Of onze reis goed of slecht zal verlopen, of we vreugde en geluk of ellende, verdriet en spijt zullen ervaren, we zullen deze reis hoe dan ook moeten maken.

Het leven waarover we nu beschikken is kostbaar en van grote waarde. Maar het is voorbijgaand. Laten we dus nu, terwijl het leven nog in onze handen ligt, deze kans grijpen. Laten we de 64 stappen van Boeddha's Odyssee naar de vrijheid volgen.

Nederlandse vertaling: Marion Wierda

HET VERHAAL VAN JEWEL HEART – HOE HET BEGON

Piet Soeters

Er werd mij gevraagd iets te schrijven over het ontstaan en geschiedenis van Jewel Heart Nijmegen. Dat kan niet zonder stil te staan bij de ontmoeting van twee personen die daarin een essentiële rol vervulden.

Het begon in 1985 met Gelek Rinpoche's eerste bezoek aan Nederland in het voorjaar, tussen de bloesems in Maasbommel. Hélène van Hoorn had haar Tibetaanse leermeester, bij wie ze in India had gewoond en gestudeerd, naar Nederland uitgenodigd.

Voor ze Gelek Rinpoche ontmoette en zijn leerling werd, had zich een verrassende ommekeer in haar denken voltrokken. Tijdens en vlak na haar studie filosofie aan de universiteit van Nijmegen was de kring van studiegenoten waarin ze verkeerde stevig 'rood'-gerand. De woorden van Marx, Mao en Che Guevarra waren hun en ook haar evangelie.

Vanaf 1980 tekende zich bij haar een groeiende belangstelling af voor het Boeddhistische gedachtegoed. Ze ging naar het Manjushri-instituut in Ulverston (Engeland) om daar een aantal cursussen te volgen.

Een jaar later kreeg deze ommekeer hevig en geëmotioneerd zijn beslag tijdens een bezoek aan tempels in India. Voor een boeddhabeeld gezeten, welde een onstuitbare tranenvloed in haar op en bleef urenlang stromen. Zij wist nu welke richting ze te kiezen had en zocht ter plekke een leraar.

Ze meldde zich bij Kyabje Ling Rinpoche, een leermeester van Z.H. de Dalai Lama, want ja, als het even kon dan maar meteen 'top of the bill'. Tot haar teleurstelling werd ze doorverwezen naar een haar onbekende leraar en oud-leerling van Kyabje Ling Rinpoche, nl. Gelek Rinpoche. Zij kon onderricht en inwoning ontvangen door huishoudelijke taken in Rinpoche's huis te verrichten. Wie haar kende weet dat zij allerminst een huishoudelijk type was. De dharma was haar evenwel veel waard. In deze periode ging ze ook zes maanden in eenzame retraite in een hut hoog in de bergen bij Dharamsala. Ze kreeg de opdracht om daar in afzondering zeven dagen per week acht uur per dag te mediteren. Van deze, voor haar innerlijk bepalende periode, hield ze een dagboek bij. Ze gaat tot de bodem van haar ziel en raakt haar existentiële angst aan, de angst haar eigen ik te verliezen.



In de twee jaar die hierop volgen, vindt ze onder leiding van Rinpoche weer rust in zichzelf. Dan geeft Rinpoche haar de opdracht naar huis te gaan om voor haar moeder te zorgen. Alweer een moeilijke opgave voor haar, omdat ze vindt dat ze nog niet klaar is met haar onderricht bij

Rinpoche en omdat zorgen voor een moeder die nog fit en uiterst zelfredzaam is, haar niet aantrekt. Rinpoche vindt ook dat ze haar studie af moet ronden, haar doctorstitel halen en zich nuttig maken in de Nederlandse samenleving

Begin 1985 trekt ze in bij haar moeder in Malden. Als Rinpoche in april van datzelfde jaar voor universitair wetenschappelijk werk afreist naar Amerika, is ze er als de kippen bij om haar leraar ertoe te brengen in Nederland een tussenstop van een aantal weken te maken. Rinpoche bezat toen nog uitsluitend de vluchtelingenstatus. Hélène kon alleen verblijfpapieren voor hem krijgen als ze zich persoonlijk voor vele duizenden guldens borg stelde. Dat geld had ze niet, maar ze zorgde dat de borg er kwam. Ze regelde lezingen aan de universiteit en het Han-Fortmancentrum in Nijmegen, in de Kosmos in Amsterdam en in de kerk van de H.Landstichting, en meerdaags onderricht in het Maitreya Instituut, toen nog gevestigd in Maasbommel. Daar gaf Rinpoche een commentaar op *De drie hoofdzaken op het pad naar verlichting,* een klassieke tekst van Je Tsong Khapa (1357-1419), een tekst waarvan elk woord een grote geladenheid bezit.

Rinpoche's warme woorden en directe levendige stijl raakten velen. Ik nam ook deel aan deze meerdaagse, evenals enige andere toekomstige Jewel-Heartleden, maar ik kende geen van hen.

Tijdens een van de pauzes schoot ik Hélène aan om raad. Buiten onder het afdak liet ik me ontvallen dat dit nou datgene was waar ik naar zocht, maar hoe kon ik hiermee verder als Rinpoche ging vertrekken en wie weet wanneer ooit weer terug zou komen. 'Da's mooi' grinnikte ze, 'Rinpoche heeft me gevraagd, om wanneer er behoefte aan is, een groep van geïnteresseerden te gaan leiden. Ik kan dus beginnen!' 'Hoe kom je aan een groep als niemand dat weet?' vroeg ik. 'Rinpoche heeft me gezegd: "Don't worry, don't advertise, wacht tot belangstellenden zichzelf aandienen".' En dat gebeurde! De foundationmembers (mede-oprichters) in het bestuur (volgens Rinpoche voor het leven!) stammen allen uit die periode.

Later is me duidelijk geworden dat deze opdracht Hélène aantrok, maar haar tegelijk beangstigde: kon ze het aan, zou ze haar wetenschappelijk werk af kunnen maken, daarnaast gewoon werk vinden, ging ze eigenlijk liever niet gewoon terug naar Rinpoche in India? Ze verlangde naar verdere dharma-studie. Binnen de nieuwe groep botste ze ook vaak pijnlijk met de andere karakters; ze werd verdrietig of onzeker, en soms verhardde ze zich in boosheid. Kortom, de worsteling werd haar soms teveel.

Maar dan was er het niet-boeddhistische Amsterdamse vriendinnenclubje, waar ze alsmaar kaartend gigantisch veel asbakken vulde en glazen whisky leegde. Ze kwam terug en ze was er weer, helemaal zorgzaam en betrokken, vooral naar de nieuwkomers die voor het eerst met boeddhisme kennismaakten, die een levensbeschouwelijke steun zochten in een leven dat ontregeld was. Dan was ze op



haar best en een zegen. Met de in het boeddhisme 'gepokten en gemazelden' had ze het soms wat moeilijker.

Na Rinpoche's vertrek kwam de eerste huiskamergroep, die zich de Boeddhistische Studiegroep noemde, met een veertiental mensen bijeen gedurende weekends. Het was een bont gezelschap, mensen uit Den Haag, Nijmegen, Maasbommel, Noord-Frankrijk, Maarn en de regio Nijmegen. Boeddhist en aspirant-boeddhist, jong en oud, kloosterling en leek, kunstenaar, ambtenaar, werkloze. Men logeerde bij elkaar, discussieerde en mediteerde in de kamer, de keuken en in de tuin. Rinpoche was de leraar die ons bond, Hélène degene die leidde.

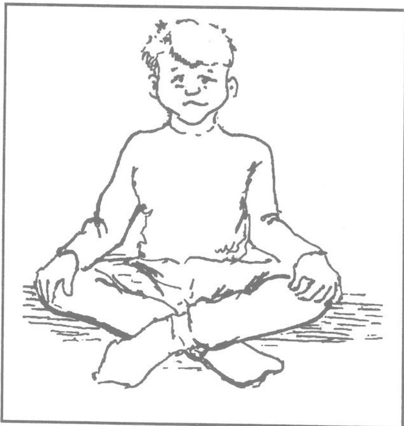
(wordt vervolgd)

MIGTSEMA RETRAITE JANUARI 1997

Ervaringen van twee retraitegangers

Gedurende twee weekenden in januari is er weer een Migtsema-retraite gehouden. Gemiddeld waren er zo'n twaalf deelnemers aanwezig. Niet iedereen heeft twee volle weekenden meegemaakt, voor sommigen was het de eerste keer, voor anderen de tweede of derde keer. Ook nu heeft Len Kosse voor de begeleiding en voor overheerlijke soep gezorgd. Afsluitend is er een feestelijke puja gehouden, met veel taart (Ed was jarig), die druk werd bezocht door meelevende aanhang en Jewel Heart leden.
We geven de lezers van de nieuwsbrief een kijkje in de keuken van een Migtsema-retraite middels de impressies van twee deelnemers aan deze geslaagde retraite.

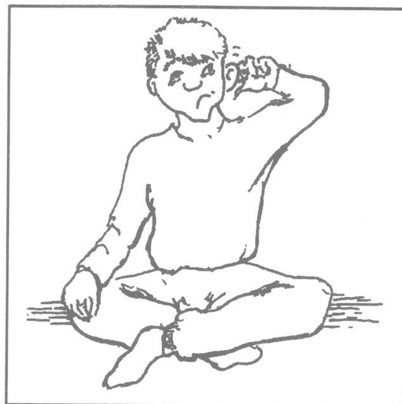
MIJN EERSTE ERVARING MET *DE GANDEN LHA GYEMA*



In het Nederlands wordt de Ganden Lha Gyema wel aangeduid als de 'toewijding aan de spirituele leraar'. Deze spirituele leraar is Tsong Khapa, die aan de oorsprong staat van de Gelugpa-orde, van welke Tibetaanse traditie Jewel Heart deel uitmaakt. Gelek Rinpoche is de levende leraar die rechtstreeks in lijn staat met de oorspronkelijke spirituele leraar.

Gedurende twee weekends heb ik, voor het eerst deelgenomen aan de beoefening van de Ganden Lha Gyema. Het eerste weekend begon vrijdagavond en het tweede weekend op zaterdagmorgen. Vooorafgaand aan deze twee weekends was door Len Kosse een algemene introductie gegeven op de plaats en betekenis van de Ganden Lha Gyema. Omdat ik later met verschillende vrienden over de beoefening van de Ganden Lha Gyema heb gesproken, haal ik hier een element naar voren waarover veel vragen aan mij werden gesteld. Het beoefenen van 'toewijding aan de spirituele leraar' betekent helemaal niet dat je je verstand op oneindig moet zetten en je jezelf volledig moet overgeven, in die zin dat je van alles zou moeten doen waar je zelf niet achter staat. Dat betekent toewijding niet. Het is niet de bedoeling om je kritische houding overboord te gooien.



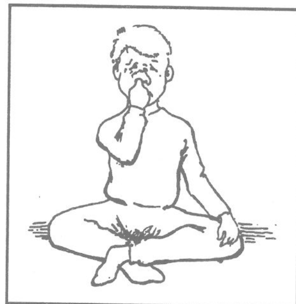


Ik zie de beoefening van de toewijding aan de spirituele leraar als een uitgangspunt bij het gaan van het spirituele pad.

De Migtsema's zijn een mantra. Het is een lofprijzing aan Tsong Khapa. Het is een vijfregelige tekst die ik uit mijn hoofd heb geleerd. Het opzeggen van de tekst, al dan niet hardop, wordt ook wel genoemd: het opzeggen van de Migtsema's. Het is het plan om dat minstens honderdduizend keer te doen. Migtsema is een Tibetaans woord dat zoiets als lied betekent. Om het aantal keren te tellen dat je de Migtsema's hebt opgezegd, gebruik je een ketting met 108 kralen die mala wordt genoemd. Vantevoren was wel gezegd dat het mogelijk was om wel tienduizend Migtsema's gedurende de twee weekenden op te zeggen. Dat heb ik zeker niet gehaald. In het eerste weekend heb ik tweeduizend keer gehaald en in het tweede weekend heb ik de Migtsema's vierduizend keer gezegd. Ik denk wel dat bij meer beoefening het wel lukt om gedurende de twee weekenden de tienduizend te bereiken. Ik ben zo intensief daarmee bezig geweest dat ik gedurende het eerste weekend er intensief van ging dromen. Het waren dromen met allerlei Boeddhistische motieven. In de dagen erna en trouwens nog steeds komen op allerlei onverwachte momenten de Migtsema's bovendrijven. Het tweede weekend daarentegen, kon ik er niet van slapen. De Migtsema's gingen nagenoeg de ganse nacht door. Bij mij kwam het visualiseren van Tsong Khapa in het eerste weekend nog niet zo aan bod omdat ik druk bezig was met de tekst. In het tweede weekend was dit wel het geval. Bij het opzeggen van de tekst komt het beeld tevoorschijn. Om de honderdduizend keer te halen ben ik nog wel even bezig, bij voorkeur met honderd keer per dag.

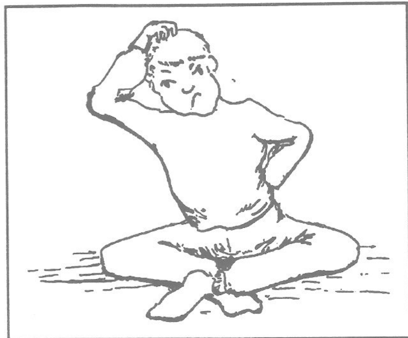
Jan Kapteyn; (inscholingsgroep Den Bosch)

ERVARINGEN RONDOM DE *MIGTSEMA*-RETRAITE



Oud op nieuw vierde ik met man en kinderen en mijn twee zussen en familie. Er werden herinneringen opgehaald. Vol afgrijzen vertelden mijn zussen dat we vroeger het oude jaar uit - en het nieuwe jaar inbaden met de rozenkrans.

Je kon toch beter het glas heffen en proosten op het nieuwe jaar. Ik herinnerde me dat ik het bidden juist zo plechtig vond. Vooral als de klok op de radio twaalf sloeg, het vuurwerk begon te knallen, en we onze laatste 'wees gegroetjes' zeiden. Even overwoog ik of ik m'n pasgekochte mala, die toch verdacht veel op een rozenkrans lijkt, uit mijn tas zou halen om te laten zien. Ik heb dat toch maar niet gedaan. Vertellen dat je twee weekenden mantra's gaat zeggen is veel moeilijker, vooral omdat je het zelf nauwelijks weet. Het fascineerde me, toen de migtsema bij het bezoek van Rinpoche gereciteerd werd. Ik ben ook benieuwd wat het met mijn concentratie zal doen. Dat is alles.



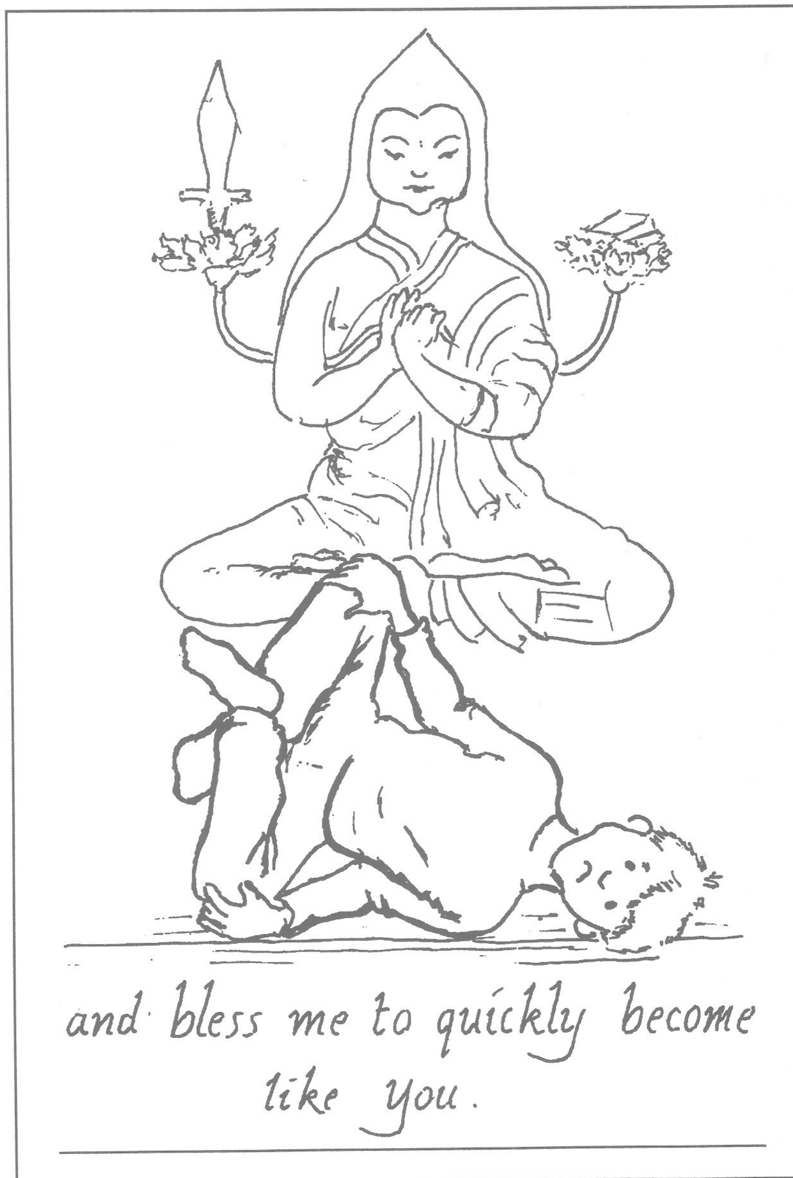
Daar ging ik dan, 2 januari, het eerste weekend. Zitten, in overgave, geconcentreerd op de visualisatie van Tsong Khapa, steeds de mantra zeggend. Je visualiseerde dat er vanuit het hartcentrum van Tsong Khapa wit licht, de kwaliteit van liefde en mededogen, stroomde, of oranje licht, met de kwaliteit van de wijsheid, of blauw licht, met de kwaliteit van de spirituele kracht. Je opende je voor dit licht, en liet het binnenkomen, waarbij je je ook voorstelde dat die kwaliteiten in jezelf groeiden.

Ik ervaarde dit als indringend, en er waren momenten van ontroering. De gerichtheid op deze drie kwaliteiten nam ik mee naar huis.

Op mijn eerste werkdag moest ik bv. een moeilijk gesprek voeren. De uitspraak van Len: 'Mededogen is niets anders dan acceptatie en waardering' klonk in mijn hoofd na. Het hielp me om te zoeken naar het positieve in de ander. Thuis maakte ik een meditatieplekje. Blauw, spirituele kracht, ik heb het hard nodig om nu eindelijk eens elke dag te gaan zitten...

Vol goede moed begon ik 17 januari aan het tweede weekend. Het was echter veel moeilijker om me te concentreren. De ene na de andere gedachte schoot door mijn hoofd heen, en ik moest alle oplettendheid aanwenden om niet te gaan 'nadenken over'. Ook het zitten was zwaarder, en de laatste twee sessies ben ik maar op een stoel gaan zitten. Len deed suggesties over visualisaties, waarvan er een de intelligentie, de spraak en het weten vanuit het hart beïnvloedde. Het leek een tegengesteld effekt te hebben: de woorden plakten als kauwgum in mijn hersenen, en het ging trager en trager. Wat komisch! Dan telt het om maar gewoon door te gaan.

De 10.000 heb ik in de twee weekenden, en de dagen ertussenin, niet gehaald, want in het begin doe je wel 20 minuten over een mala. Maar het begin is er en ik ga rustig door.



We sloten het weekend af met een puja. Ed was jarig en trakteerde op heel veel heerlijke taarten! Op mijn servetje lagen nog meer heerlijkheden. Ik nam ze mee naar huis en na het eten vouwde ik m'n servetje open. Iedereen mocht iets uitkiezen. Mijn zoon van veertien had z'n mond vol koek en keek al verlangend uit naar wat er nog meer lag. 'Peter, nu wordt je wel een beetje heilig van binnen hè, want het heeft bij het altaar gelegen en is gezegend.' Hij keek me verbluft aan.. Hij houdt niet van 'heilig'. Het weerhield hem niet om nog maar eens toe te tasten.

Paula Boon
(Lamrimgroep woensdagochtend)

Tekeningen: Paul Oud

REIS NAAR BURYATIA (Z.O. SIBERIE), ZOMER 1997

Marian van der Horst

In de zomer van 1997 was ik voor de vijfde keer in opeenvolgende jaren in Rusland en voor de tweede keer in Z.O. Siberie om les te geven in het tekenen en schilderen van Boeddhafiguren. Het was ieder jaar weer de vraag, soms tot op de laatste dag voor mijn vertrek, of de kursus door kon gaan en of het gewenste aantal leerlingen was bereikt. Soms zorgde een heftige inflatie ervoor dat leerlingen opeens niet meer het benodigde geld voor de kursus, het verblijf en het reisgeld konden opbrengen. Toch lukte het ook afgelopen jaar weer en kon ik afreizen, eerst naar Moskou en vandaaruit naar Irkutsk, gelegen in Buryatia, Z.O. Siberie.

In de 17e eeuw gingen de Buryaten over naar het Tibetaans Boeddhisme. De oorspronkelijke bewoners van Buryatia waren nauw verwant met Mongolië op basis van taal, kultuur en door hun uiterlijk. Tot het begin van deze eeuw, om precies te zijn tot 1917, had dit gebied meer dan honderd tempels en kloosters.

Tijdens het regiem van Stalin werden talloze gebouwen verwoest en werden vele lama's en monniken in gevangenenkampen, o.a. de beruchte Goelag Archipel, 'opgeborgen'. Na de tweede wereldoorlog mochten in Buryatia enkele kloosters herbouwd worden, uit dank voor het feit dat de Buryaten meegestreden hadden in de oorlog en hadden bijgedragen tot succes.

Klooster Ivolginsky-datsan. Een van deze herbouwde kloosters is Ivolginsky-datsan, ongeveer 30 km gelegen van Ulan Ude, de hoofdstad van Buryatia. Dit klooster mocht ik deze zomer bezoeken. Met enkele studenten, mijn vertaalster en onze chauffeur, die uit gastvrijheid zijn auto had aangeboden, reden we ernaar toe op een stralende zonnige dag. Het gebied waar we doorheen reden is van oudsher een Sjamanistisch gebied. Onze chauffeur week geregeld uit naar de linkerkant van de weg om op diverse plaatsen waar bomen, struiken en hekken volgehangen waren met lapjes stof, muntstukjes neer te gooien met het doel de plaatselijke beschermgoden gunstig te stemmen en te vragen om een veilige doortocht. We passeerden een merkwaardig gevormde berg, die zwart leek. Het verhaal gaat dat deze berg de vorm van een rijke vrouw, die daar begraven werd, aangenomen heeft. De berg wordt beschouwd als een heilige plaats. Er zijn verschillende grotten die voor meditaties en rituelen gebruikt worden door Boeddhisten en Sjamanen. Aldus verhaalde Dechen, onze chauffeur/kunstenaar. Op de terugweg werd inderdaad een liggende vrouwengedaante herkenbaar.

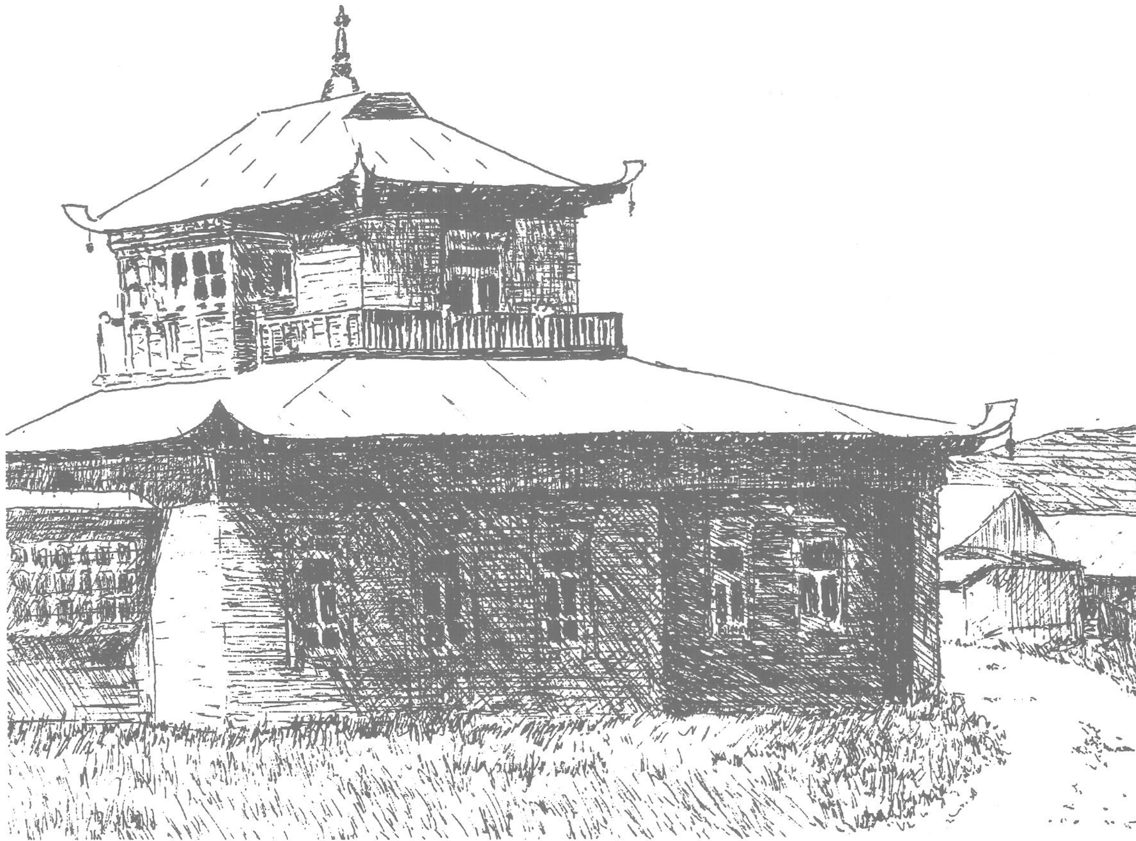
Het klooster ligt in een vallei, omgeven door middelhoge bergen,. Van grote afstand zagen we de goudgele torentjes al glinsteren. Voor het hek van Ivolginski-datsan stonden tafels opgesteld met ter verkoop aangeboden religieuze voorwerpen, kata's en boeken,.

In het Gelugpa-kloostercomplex, in een groot vierkant gebouwd, zijn vele grotere en kleinere houten gebouwen en huisjes, die door Russische studenten, die de Tibetaanse taal en religie bestuderen, bewoond worden. Er zijn Stupa's, huizen voor de diverse lama's en er is een bibliotheek. Een van de leraren aldaar is lama Yeshe Lodoi Rinpoche, ook wel kortweg Yelo Rinpoche genoemd. Hij had tijd voor ons en hij was geinteresseerd in ons bezoek, maar ook in mijn komst naar Z.O.Siberie. Hij verheugde zich over mijn reisdoel, het lesgeven in Thangkatekenen- en schilderen. Hij vroeg naar de namen van mijn leraren, zegende ons in een uitgebreid ritueel, nam onze geschenken in ontvangst en omhing ons met kata's.

Hij verzocht me dringend om weer spoedig terug te komen om onderricht te geven. In een serre-achtige ruimte, in het midden van het terrein, stonden in heel grote potten Bodhi-bomen, loten van de boom waaronder de prins Siddharta het boeddhaschap bereikte. In de tempels waren net gebedsdiensten gehouden en veel oude mensen liepen hun gebeden en vooroverbuigingen te doen. Buiten waren gebedsmolens die we bewogen om de vele daarin aanwezige mantra's naar de ons omringende wereld uit te zenden. We werden uitgenodigd door een Russische student om in zijn huisje, dat hij bewoont met twee anderen, thee te drinken. Zoete thee met jam en aardappelkoekjes. Veel etnische russen uit de omgeving komen naar dit tempelcomplex. Buryaten gaan op hun beurt ook naar Russisch-orthodoxe kerken. Boeddhisten, christenen en sjamanisten leven in harmonie met elkaar in Buryatia. Ook communisten vonden het boeddhisme niet bedreigend omdat het flexibel en beschouwend is. Deze streek werd daardoor een plek van politieke en etnische rust en stabiliteit. Buryatia is nu een autonoom gebied binnen de Russische federatie.

Een stukje geschiedenis. Het gebied waarin de 'heilige zee', het Baikalmeer, ligt, sluit in het zuiden aan op Mongolië, in het zuidoosten op China. Het was vroeger Mongools gebied en de bewoners hebben dan ook typisch Mongoolse trekken. Hun taal heeft verwantschap met het Manchu dat aan keizerlijke hoven gesproken werd. Ten noorden en ten westen van het Baikalmeer wonen Buryaten met meer Europese trekken. Russische kolonisten, politieke en criminele bannelingen uit Europees rusland kwamen ook naar dit gebied. Ze brachten het Russisch-orthodoxe geloof met zich mee. Toch bleven de oorspronkelijke bewoners vasthouden aan Mongoolse tradities.

Ze leefden op de klassieke Mongoolse manier een nomadisch bestaan. Ze hadden kuddes vee, schapen, paarden, soms ook enkele kamelen en handelden met Mongolië en China. Hun behuizing was de ronde tent, de yoert, gemaakt van vilt en hout. Tot voor twintig jaar woonden de meeste Buryaten nog in deze tenten en hingen ze het sjamanisme aan. Pas in de zeventiende eeuw brachten mongolen in hun bagage Boeddha-afbeeldingen met zich mee en kwamen de eerste boeddhistische monniken. De Buryaten gebruiken de term 'datsan' voor hun kloosters. Dit is een variatie op het Tibetaanse 'Dratsang', het woord voor college, dit is een deel van een groter kloostercomplex.



onder de indruk van de inzet van Dorzhiev voor het Boeddhisme in Rusland. Ook werd Dorzhiev voorgesteld aan keizer Nicolaas de tweede, in 1898. Hij gaf de aanzet tot het bouwen van een boeddhistische tempel in St.Petersburg. Dorzhiev gaf zeer veel onderricht en initiaties en ordonneerde veel monniken in zijn bereisde leven. Hij stierf in 1938 in een gevangenishospitaal.

Tevens beschrijft John Snelling in zijn boek hoe in de late 19e en vroeg 20e eeuw een krachtige traditie van academische studies opbloeide in Rusland. Sommige wetenschappers werden pioniers in het vertalen van en in de studie van Mahayanageschriften en kommentaren van Sanskrit-Tibetaanse en Mongoolse oorsprong.

Een minder academische belangstelling voor Boeddhistische filosofie en beoefening ontstond onder Europees-russische intellektuelen en semi-intellektuelen, speciaal in St.Petersburg. Ook ontstonden er nieuwe bewegingen, zoals de theosofische beweging van Madame Blavatsky (1831-1891) en het mystieke systeem van de Armeense mysticus Giorgy Ivanovich Gurdjieff (1877-1949). Mdm. Blavatsky had grote affiniteit met het Boeddhisme, omdat ze geloofde dat deze traditie meer bewaard gebleven wijsheid bevatte dan andere religies.

De Buryat-datsans werden grote centra van cultuur en opvoeding, met grote bibliotheken vol Tibetaanse en Mongoolse teksten. Er waren scholen voor dialectiek. Ook meisjes hadden, in beperkte mate, toegang tot deze opleidingen. Ook nu nog wordt er de Tibetaanse geneeskunde gedoceerd.

De Deen Ole Nydhal brengt, sinds 1990, de Kagyu-traditie van het Tibetaans Boeddhisme naar Rusland. Hij was het die mij uitnodigde om als thangkaschilderes les te gaan geven in Rusland. In gebieden in het Zuiden van Rusland, zoals Tannu Tuva, Buryatia, Tatarstan en Kalmukia (waar ik afgelopen zomer ook een cursus gaf) is al sinds eeuwen de Gelugpa-traditie geïntroduceerd. Een grote verbindende rol in de opbloei van het Boeddhisme in deze gebieden heeft Agvan Dorzhiev gehad. John Snelling geeft in 'Buddhism in Russia', the story of Agvan Dorzhiev, Lhasa's emissary to the tsar', de geschiedenis en opkomst van het Boeddhisme in Rusland weer. Snelling beschrijft, zeer uitgebreid, het drukke leven van Agvan Dhorziev. Deze werd in Buryatia, in het jaar van de houten tijger van de veertiende zestig-jarencyclus, in 1853, geboren. Hij kon al vroeg lezen, had een opmerkelijk gevoel voor talen en voelde zich aangetrokken tot religie. In 1873 reisde hij voor het eerst naar Tibet, hetgeen hem vier maanden kostte. Hij werd geordineerd tot monnik, Ngawang Losang. Zijn Buryat-naam was Tsenye Khenpo. Hij heeft de dertiende Dalai Lama in 1888 ontmoet en werd zijn onafscheidelijke attendant en politiek adviseur. Dorzhiev kon de belangen van de Buryaten en de Kalmuken bepleiten, zowel bij de Dalai Lama als bij de Panchen Lama. Beiden waren zeer

In 1991 waren in de hele USSR nog slechts acht volledig geordinneerde monniken, zeven van hen meer dan 80 jaar oud. Nu kunnen boeddhistische leraren en leiders vrijelijk in Rusland rondreizen. Dankzij de Glasnost Van Mikhail Gorbachov werd boeddhisme weer mogelijk. Er ontstaan weer vele centra, ook in Trans-Baikal. Zijne Heiligheid de veertiende Dalai Lama bezocht in 1992 Buryatia, o.a. Ivolginsky datsan.

De huidige tijd is voor de Russen een heel moeilijke, omdat het een overgangstijd is, waarin een herstrukturering plaats moet vinden. Ik hoop en wens dat mijn lesgeven in het thangkaschilderen voor menigeen een mogelijkheid zal zijn voor een eigen spirituele religieuze groei en bewustzijn. ❑

UIT HET BESTUUR

Door de secretaris, Peter Hoogveld

Begroting Jewel Heart 1998
De begroting van Jewel Heart voor 1998 bedraagt ruim *ƒ* 80.000. Van inkomsten komt ongeveer de helft van de contributie van de Mandala-leden (*ƒ* 40.000) en komt de andere helft uit cursusgelden, verkoop (o.a. transcripten), donaties, lezingen, workshops en zo.

Lezingen, workshops/retreats en transcripten zijn in principe voor Jewel Heart budgettair neutraal: de inkomsten dekken de uitgaven. Donaties en vrijwillige bijdragen aan het Rinpochefonds gaan naar Rinpoche/Rinpochefonds.

Met de bijdragen van de mandalaleden worden de volgende onkosten gedekt. De huisvestingslasten zijn ruim *ƒ* 11.000 (voornamelijk huur, maar ook belastingen, verzekering, onderhoud). De bureaukosten zijn begroot op ongeveer *ƒ* 4.000. Alleen de postzegels al kosten *ƒ* 1000 per jaar; aan telefoon zijn we nog meer kwijt. De kosten op declaratiebasis bedragen ook ongeveer *ƒ* 4000. Dat betreft bijvoorbeeld de declaratie van autokosten, bij noodzakelijk vervoer ten behoeve van aktiviteiten voor Jewel Heart, gebruik van een computer thuis, en dergelijke.
Nog enkele grepen: bloemen op het altaar: *ƒ*1500; onze Sponsormonnik: *ƒ* 600, publiciteit *ƒ* 2000. En de jaarafsluiting voor Jewel Heart leden is begroot op *ƒ* 600, opdat de penningmeester op het eind van het cursusjaar ieder spontaan kan trakteren op een natje en een droogje.
Wat mij op de speculaasjes brengt. De huishoudelijke uitgaven voor 1998 worden op *ƒ* 2600 geraamd. Ik schat dat daar voor 400 gulden aan speculaasjes bij zit.
De begroting hangt op het prikbord. Wanneer 1997 - binnenkort - administratief is afgesloten en jaarrekening door het bestuur is geaccordeerd, hangt die er naast. ❑

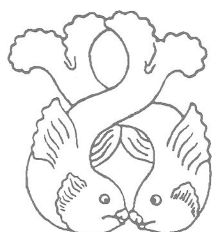
STICHTING TIBET SUPPORTGROEP NEDERLAND (STG-NL) TREKT AAN DE BEL



Onlangs kwam er een brief binnen bij Jewel Heart waarin TSG-NL de actie 'behoud de TSG' aankondigt. Het doel is om voor de zomer 500 nieuwe donateurs te werven, hetgeen nodig is om de activiteiten op een goede wijze te kunnen voortzetten en het voortbestaan van TSG-NL te kunnen garanderen.
Toegevoegd werd een ondersteunende brief van een vertegenwoordiger van de Dalai Lama, Kunzang D.Yutok, verbonden aan het 'Bureau du Tibet' in Parijs. Tevens een pamflet van TSG-NL waarin informatie gegeven wordt over de huidige stand van zaken in Tibet, de politiek van China t.a.v. de Dalai Lama ('Killing of the Serpents Head').
"Het is zeer onwaarschijnlijk dat Tibet haar culturele en spirituele entiteit zal kunnen behouden als haar fysieke realiteit wordt verstikt door de Chinese bezetting. Daarom kunnen we niet vermijden onze verantwoordelijkheid op ons te nemen en te proberen de politieke situatie te verbeteren".(Dalai Lama)
Verder wordt in de brief een opsomming gegeven van de aktiviteiten van TSG-NL in het afgelopen jaar en wordt het belang van verdere voortzetting van deze aktiviteiten onderstreept. Om effectief te kunnen blijven werken, de continuiteit te waarborgen en op lange termijn ook doelgericht te kunnen werken heeft TSG-NL op korte termijn meer geld nodig en doet daarom een beroep op financiele ondersteuning. Je kunt donateur worden door een bijdrage te storten op rekeningnummer 341919 t.n.v. Tibet Supportgroep Nederland, Amsterdam ovv. 'actie behoud TSG'. Bij storting van minimaal 39,50 ontvang je de tweemaandelijkse TSG-nieuwsbrief. Financiele en morele steun is een grote stimulans voor het moreel van het Tibetaanse volk, zowel binnen als buiten Tibet. De genoemde brieven liggen ter inzage op de leestafel van Jewel Heart.❑



ALLERLEI



Nienke Ravensberg met haar nieuwe woning!!
Ze is slechts enkele huizen opgeschoven.
Haar nieuwe adres is:

Nieuwe Markt 58
6011 AL Nijmegen.
tel. 024 324 0887

BERICHTEN UIT HET SECRETARIAAT

Het is handig als mensen hun VOICE MAIL inschakelen. Makkelijk met rondbellen van boodschappen.

In de mandala-ledenlijst was een foutje geslopen. Het telefoonnummer van Martin van Wanroy moet zijn: 073 **6**14 51 52

GEZOCHT:

Enkele mensen die tijdens lezingen en workshops Ed Houppermans willen helpen met de verkoop uit het winkeltje. Liefst interesse in (en zo mogelijk enige kennis van) boeddhistische literatuur en afbeeldingen. Erg LEERZAAM en ook nog LEUK!!!! Vraag Ed Houppermans of leg een briefje in het bovenste postvak in het kantoor.

LEZING

Lama Ganchen houdt op maandag 6 april een lezing in de Stevenskerk. Aanvang 20u. Kosten ƒ15.
Thema: eerste deel van de avond een lezing over 'De cultuur van de vrede'. Tweede gedeelte van de avond wordt een oefening self-healing gedaan. Info: Indra Hardjosusono, tel. 024 360 28 33.

HOE KRIJG IK MIJN PC AAN 'DE HONDERDDUIZEND'???

Misschien zijn er onder u mensen die graag het "OM MANI PADME HUM" als schermbeveiliging willen, maar niet weten hoe ze dat voor elkaar moeten krijgen. We vertellen u stap voor stap hoe het werkt.

1. Start de computer op en klik op het icoon "Deze computer".
2. In het venster dat nu verschijnt, klikt u op "configuratiescherm".
3. In het volgende venster klikt u op "beeldscherm".
4. U ziet nu een plaatje van uw monitor voor u. Aan de bovenrand klikt u op "Schermbeveiliging".
   Nu bent u al bijna klaar. U ziet weer uw monitor afgebeeld met daarop uw huidige schermbeveiliger. Onder de monitor,onder het woord 'schermbeveiliging' kiest u "3D tekst".
   (Nu staat daar nog de naam van uw huidige schermbeveiliger.)
5. Klikt u nu op "instellingen".
6. Een venster verschijnt waar we de tekst in gaan vullen onder "Weergave".
   U klikt op "tekst" en vult in hoofdletters OM MANI PADMEHUM in. (PADME HUM moet vanwege plaatsgebrek aan elkaar.)
7. Het schuifje "grootte" schuift u naar rechts (=groot)
8. Het schuifje "resolutie" houdt u tamelijk links (=laag)
9. Kiest u voorlopig voor "stijl van oppervlak" = "effen"
10. Zet de "snelheid" niet te hoog! (Naar eigen smaak)
11. Probeer alle "draaistijlen" eens uit (Mijn persoonlijke favoriet is "Geen")
12. Dan kunt u nog klikken op "Lettertype kiezen"
    Kiest u bijvoorbeeld "Technical" , "Regular" en klik op OK.
13. Op het venster "eigenschappen voor Beeldscherm" kunt u nu als u wilt, door op "Voorbeeld" te klikken naar hartelust experimenteren. Hier vult u ook in na hoe lange tijd (in minuten) de beeldbeveiliging moet verschijnen. Hoe korter de tijd die u instelt, hoe vaker de mantra op uw monitor zijn werk doet.
14. Is alles naar uw zin klik dan steeds op OK waar van toepassing en sluit alle vensters.
    Nu maar wachten of het werkt!

(Deze instructie ontvangen van Maria van Speijk)

EVEN VOORSTELLEN... DE BIEB!



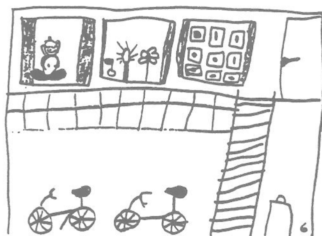
De bibliotheek van Jewel Heart is het afgelopen jaar grondig onder handen genomen door Carla v.d. Weyer, Carel Weevers en Anton Scheltinga (aanspreekpersoon). Dit heeft ondermeer geresulteerd in een lijst met alle aanwezige boeken. Een lijst van alle boeken met een gele stip op de rug, dit zijn de boeken die op de Dharma betrekking hebben (i.t.t. bv. woordenboeken), is verkrijgbaar bij Corrie van der Hoogen op het Jewel-Heart kantoor.

In de toekomst zullen nieuwe boeken in de nieuwsbrief gepresenteerd worden zodat iedereen steeds een `up to date' overzicht heeft. Als mensen suggesties hebben voor de aanschaf van nieuwe boeken dan zijn deze van harte welkom. Je kunt daarvoor een briefje met daarop je verzoek(en) in de doos voor teruggebrachte boeken deponeren. Denk hierbij niet alleen aan boeken die je niet hebt en graag zou willen lezen, maar ook aan boeken die je goed bevallen zijn en je aan anderen kunt aanraden.

Voor het komende jaar staat de oprichting gepland van een aparte sectie over Vajrayana, zodat de groeiende groep beoefenaars van vajrayana beter voorzien wordt.

Als mensen nog wensen of opmerkingen hebben met betrekking tot de bibliotheek dan horen wij die graag!

Anton Scheltinga



In het boeddhahuisje

KINDERPAGINA

Meditatie voor kinderen

- 10 minuten wartaal spreken.
  Houd je ogen dicht en
  maak alle mogelijke
  onzinnige geluiden,
  wat er maar in je opkomt:
  zing, huil, schreeuw of spreek
  vreemde, onbekende talen.
  Laat je lichaam doen wat het wil:
  spring, tril, loop of zit.
  Alles mag, laat je helemaal gaan.



- 10 minuten lachen, diep vanuit je buik.
  Houd je ogen open of gesloten, wat je zelf liever wilt.



- 10 minuten stil zitten of liggen
  met je ogen dicht.
  Wees een stille getuige van
  wat er in je lichaam gebeurt,
  van wat er om je heen gebeurt of van welke gedachten
  er in je hoofd opkomen.
  Beoordeel niet wat je ziet.

Uit: *Osho, het nieuwe kind*, 1991.

Redactie: Karin Wilbrink, Marion Wierda, Paul Oud, Piet Soeters.
Oplage: 200
De Nieuwsbrief verschijnt 3x per jaar en is een uitgave van
Jewel Heart, Boeddhistische Studie en Meditatie,
Dommer van Poldersveldtweg 27a, 6521 NC Nijmegen.
Inlichtingen: ☎ 024.322.6985. Internet: www.jewelheart.org
Postbank 5182484. Abonnement: ƒ 15 per jaar.
Jewel Heart houdt zich bezig met studie van en scholing in het
mahayana boeddhisme. Organisatie zonder winstoogmerk.
Spiritueel leider: Gelek Rinpoche.

JEWEL HEART
Dommer v. Poldersveldtweg 27a,
6521 NC NIJMEGEN

wi li



Jewel Heart Nieuwsbrief

jaargang 8, nummer 2 Juni 1998

NIET ALLEEN OVERLEVEN, MAAR OOK SUCCES HEBBEN

Gelek Rinpoche over het opwekken van bodhimind

Wat proberen we in ons dagelijks leven te bereiken? Sommige mensen hebben misschien geen duidelijk doel. Ze brengen hun dagen door, de ene 24 uur na de andere, met de zoveelste 'Goeiemorgen' en de zoveelste 'Welterusten'. Anderen streven er misschien naar rijk te worden, een gezin te hebben, beroemd te worden of carriere te maken. Het is prima om zulke zaken na te streven en te bereiken, maar het is niet ons uiteindelijk doel. Op die manier halen we niet het beste uit ons leven. Jammergenoeg beschouwen veel mensen deze zaken toch als hun hoogste doel.

De Mahayana beoefenaar zoekt een andere manier om zijn of haar leven zinvol te besteden. In de advertentie van een zekere bank staat: 'We willen niet alleen overleven, we willen ook succes hebben'. Dat is een Mahayana advertentie. De Mahayana beoefenaar is er niet op uit om een eenzame spirituele overlever te zijn - hij of zij wil volledig verlicht worden in het belang van alle levende wezens.

In het algemeen maken we ons alleen druk over onze eigen behoeften; we kijken niet veel verder dan onszelf. Bodhimind verandert deze houding dramatisch. De vraag is nu natuurlijk meteen: Wat is bodhimind? Wat is dat voor iets waarover we ons zo druk maken? Is het een nieuw soort bewustzijn dat in ons groeit? Of wordt het vanuit de geest van iemand anders in ons getransplanteerd?

Dat laatste denk ik niet. Ik denk dat het ons gewone bewustzijn is, maar met een andere prioriteit en een ander doel. In plaats van onze typische zelfgerichtheid, komen anderen op de eerste plaats. Niet slechts een paar anderen hier en daar, maar alle levende wezens zonder uitzondering. Ons doel reikt nu veel verder dan bevrijding van ons eigen lijden; we wijden ons leven en onze inspanningen volledig aan het helpen van anderen.

Op het niveau van bodhimind wordt je doel verlichting. Je wil niet alleen een spiritueel pad volgen, je wil een boeddha worden om anderen optimaal te kunnen helpen. Het is een tweeledig gericht bewustzijn. Dat wil zeggen: één bewustzijn dat zowel zichzelf als anderen dient. Als je het boeddhaschap wil bereiken moet je bodhimind heel stabiel zijn, het moet zo onwankelbaar zijn als een berg.

De essentie van je beoefening moet bodhimind zijn. Dat is het hart van beoefening. Het is essentieel op het begin-nivo, het is essentieel op het nivo van het pad, en het is essentieel op het resultaat-nivo. Wat maakt het uit of je krachtige concentratie meditatie hebt ontwikkeld? Je kunt mediteren op een yidam zo groot als een berg - wat dan nog? Dat is slechts een oorzaak om een krachtige geest te worden; dan zullen sommige mensen je vereren en dat duurt dan een bepaalde tijd. Waar is dat goed voor?



Op het begin-nivo is bodhimind als het zaad waaruit de oogst zal groeien. Op het nivo van het pad is bodhimind als het water en het zonlicht die het zaad voeden; het is met andere woorden de inspiratie voor onze beoefening. Wanneer we geen inspiratie hebben, is dat een duidelijk teken dat het ons aan bodhimind ontbreekt. Hoe vaak horen we onszelf en onze vrienden niet klagen: “Geen inspiratie, geen inspiratie, geen inspiratie...?” Dat is een oprechte klacht. Maar wat we eigenlijk zeggen is: “Geen compassie, geen compassie, geen compassie...” De inspiratie voor onze beoefening is liefde en compassie. Dit moeten we ons steeds weer herinneren op het nivo van het pad.

Op resultaat-nivo zijn liefde en compassie ook essentieel. Zonder liefde en compassie zou je voor eeuwig kunnen gaan picknicken en vakantie houden. Wat zou je nog moeten doen? Je hebt al je werk af. Compassie houdt de boeddhas aan het werk.

Om je geest in deze richting te stabiliseren, moet je een diepe overtuiging ontwikkelen. Dat is niet zo eenvoudig. Je kunt besluiten om bodhimind te ontwikkelen, maar je zult daar niet in slagen tenzij je volledig overtuigd bent. Ik bedoel niet het overtuigen van je intellectuele bewustzijn; je moet diep van binnen overtuigd zijn. Je moet van boven tot onder, van binnen tot buiten, volkomen en totaal overtuigd zijn

van de noodzaak van deze motivatie. Dat is wat ik bedoel wanneer ik zeg dat de overtuiging uit de grond van je hart moet komen.
Wanneer ga je handelen vanuit de grond van je hart? Daarvoor heb je onherroepelijke toewijding nodig. De enige kracht die sterk genoeg is om een dergelijke toewijding op te wekken, is liefde en compassie. Liefde en compassie gaan samen, net als woede en jaloezie. Wanneer je jaloers bent, wordt je automatisch ook kwaad. Dat kennen we allemaal. Hetzelfde geldt voor liefde en compassie. Wanneer je het ene hebt, ontwikkel je automatisch ook het andere.
De liefde waarover we hier spreken is niet gericht op één individu, ze strekt zich uit naar alle levende wezens. Ze is onbeperkt en onvoorwaardelijk. De kracht van deze liefde en compassie is groter dan die van honderd legermachten. Liefde en compassie stellen je in staat dingen te doen die je anders niet zou kunnen. De boddhisattvas nemen een geweldige verantwoordelijkheid op zich, maar het belast hen niet. Dat laat de kracht van liefde en compassie zien om onze geest te transformeren. De grote Tsong Khapa prees bodhimind als 'het opperste goud-makende elixir', omdat het de kracht heeft om iedere activiteit te transformeren in de twee verzamelingen van verdienste.
Wanneer we gewoonlijk van iemand houden, zijn er banden van gehechtheid. Bezitterigheid, verlangen, en projectie maken allemaal deel uit van de liefde die we gewoonlijk voelen. Vanuit bodhimind zien we de waarheid in plaats van onze projecties, we zijn verlangen-loos in plaats van vastklampend, ons hart is ontwapend. Dat noemen we ware liefde. We hebben lief zonder er iets voor terug te verwachten.
Anders gezegd, er bestaan twee soorten liefde: vertroebelde en niet-vertroebelde. Onze gewoonlijke liefde is vertroebeld. We zeggen: 'Ik wil dat je gelukkig met mij bent'. Het 'met mij' stelt een voorwaarde aan onze liefde en vertroebelt het. Als je gelukkig bent zonder mij, raak ik overstuur, ik word boos of wraakzuchtig. Deze houding vertroebelt onze oprechte genegenheid. Wanneer we vrij zijn van het voorwaardelijke 'met mij', wordt onze liefde niet vertroebeld. Die onvertroebelde liefde en compassie is een diepgevoelde gelukwens zonder iets terug te verwachten. Op het moment dat onze verwachtingen een rol gaan spelen, hebben we ons eigen voordeel op het oog, hoe vaak een hoe hard we ook zeggen dat we iets voor iemand anders doen.
Wat we ware liefde en compassie noemen - de basis van bodhimind - gaat onze verbeelding bijna te boven. We kunnen het niet bevatten en hebben daarom het gevoel dat het niet mogelijk is. Maar het is wél mogelijk, als je eraan gewend raakt. We moeten onszelf nooit onderschatten. Neem één iemand. Als je werkelijk geeft om dat ene individu, dan kun je het. Want wanneer we eenmaal zien dat het voor één iemand mogelijk is, dan kunnen we het uitbreiden. Als het voor één kan, kan het voor honderden. Als het voor honderden kan, kan het voor duizenden. Als het voor duizenden kan, kan het voor millioenen. Dat kan allemaal. We kunnen het zien en we kunnen het doen. Het gecompassioneerde bewustzijn is grenzeloos, het kan zich uitbreiden naar alle wezens.

Gelek Rinpoche

(uit: From the Heart, de nieuwsbrief van Jewel Heart in de Verenigde Staten, 1997)

HET VERHAAL VAN JEWEL HEART (deel 2)
MIJLPALEN

In de vorige Nieuwsbrief schreef ik hoe Gelek Rinpoche het zaadje legde voor de Jewel Heart-mandala. Hélène van Hoorn nam tot aan haar dood de zorg ervoor op zich.
Rinpoche's beschouwingen over *De drie hoofdzaken op het pad naar verlichting* van Je Tsong Khapa (1357-1419) in Maasbommel in het voorjaar van 1985, inspireerden mij en vele anderen enorm. Marianne evenwel, die geen boodschap had aan 'goeroe-gedoe' noch boeddhisme bleef thuis en legde zich toe op iets voor haar ongewoons: ze trachtte een trui te breien. Ik kwam elke avond enthousiaster thuis en bracht onder het getik van de pennen verslag uit en... de vlam sloeg over! Ze wilde naar Maasbommel om de afsluitende Medicijn Boeddha-initiatie bij te wonen en Rinpoche maakte geen bezwaar.
Zo ontmoetten de eerste leerlingen van Gelek Rinpoche elkaar in Maasbommel: Marianne van der Horst, Len Kosse, Hélène Schiks, Marianne Soeters en ondergetekende, welke meteen een groep vormden samen met een aantal anderen die later weer een andere weg kozen. Jet Schrijer, Fenneke Lust en Marianne de Kok, die ook in Maasbommel waren, traden enige tijd later toe. Om deze kleine kern heen zou de groep zich langzaam uitbreiden. Gelek Rinpoche werd uitgewuifd naar Amerika en de zogeheten Boeddhistische studiegroep stond voor het eerst op eigen benen.
We besloten eens per zes weken een weekend bij elkaar te komen. De eerste bijeenkomst was op 14 mei 1985. Verre Dharma-reizigers togen met rug- en slaapzak richting Gennep en installeerden zich in huize Soeters. Er was grote betrokkenheid. Tussen de lessen en onder de afwas werd met elkaar doorgepraat over de thema's. De sfeer was zo enthousiast dat enkelen die dichtbij woonden, ook maar bleven overnachten. Alle slaapkamers waren bezet, soms zes personen op één kamertje. Tijdens de eerste zomerwarmte zocht het gezelschap zich een plaats tussen het onkruid in de tuin en werd de maaltijd geserveerd op een geïmproviseerde 10-persoons schragentafel.
Hélène begon met het nauwgezet en zeer gestructureerd doorwerken van *De drie hoofdzaken op het pad naar verlichting* en putte uit de kennis die ze in India bij Rinpoche had opgedaan. Er waren nog geen lessen

Jewel Heart  Nieuwsbrief

jaargang 8, **Extra editie Jewel Heart Aktiviteiten** September 1998

Beste mandala-leden en vrienden. Hier wat gewijzigde en aanvullende informatie.

TARAB TULKU 2-4 oktober

Nader tot jezelf en open naar de wereld

Voor beschrijving zie de Nieuwsbrief van juni 1998. Evenals vorige keer vragen we Tarab Tulku om een informeel samenzijn met de mandala op zaterdagavond. Thema: de tantrische werkelijkheid. (nadere mededelingen tijdens de workshop). Inschrijving: spoed!

Z.H. De DALAI LAMA geeft les (o.a. Lamrim!) in Noord-Duitsland 26/10 – 1/11

Van 26 oktober t/m 1 november geeft Z.H. de Dalai Lama les in de nabijheid van Hamburg. Niet zó ver weg voor zo iets uitzonderlijks! Hij geeft Lamrim lessen en een inwijding in Avalokiteshvara. Voor het Lamrim-onderricht en voor het totaalpakket van Lamrim-onderricht en de Avalokiteshvara inwijding zijn nog plaatsen beschikbaar. Tel. 00 49 40 644 92 652 (bellen: ma, di en vrijdag 14-16u.) Er liggen nog enkele folders op het Jewel heart Centrum.

NAJAARSBEZOEK GELEK RINPOCHE

Dit gaat helaas niet door. Het bezoek was gekoppeld aan bezigheden van Rinpoche in London, en alleen in dat geval zou een bliksembezoek aan Nijmegen gebracht worden. We zullen dus weer moeten wachten tot het voorjaarsbezoek: 29 april – 9 mei 1999.

MANDALADAG met PHILIP GLASS – 15 nov.

Na concerten in de Stopera te Amsterdam op 11, 13 en 14 november, komt Philip zondag 15 november in onze mandala doorbrengen. Programma:
10.30u. samenkomst Jewel heart Centrum Nijmegen.
11-13u. **Lama Chöpa puja** met tsok.
We doen deze puja voor een lang leven van Gelek Rinpoche en voor alle mandala-intenties. Gelek Rinpoche gaat eind oktober zijn 60ᵉ levensjaar in. Rinpoche ziet dit levensjaar als een cruciaal jaar voor hem. Hij heeft al meerdere kunstenaars gevraagd en langleven thangka voor hem te vervaardigen, en de Maleisische sangha doet maandelijks met deze intentie een Tara-puja. Kom en breng iets mee (koek, snoep, fruit, bloemen, hartig hapje) dan wordt het een feestje.
14.30u-17u. Philip vertelt over **Dharma and Music.** Dat zal uitmonden in vragen, uitwisseling van nieuwtjes en gezellig samenzijn.

DAGYAB RINPOCHE geeft zeer dichtbij les!

Slechts op zo'n 2 uur rijden afstand van Nijmegen geeft Dagyab Rinpoche dit najaar een tweetal 'Seminare'.

Dagyab Rinpoche is een van de grootste levende leraren, met name op gebied van vajrayana. Hij is een studiegenoot en goede vriend van Gelek Rinpoche, gaf ook in Nijmegen enkele malen les, en we blijven hopen dat hij dat nog eens gaat doen. Voor meer informatie: lees het Duitse tijdschift *Chökor* – op de leestafel.

Vooral aanbevolen voor vajrayaners en degenen met interesse voor vajrayana is het volgende:

MANDALAS UND REINE BEREICHE (öffentlich)
28/29 November – Kamalashila, Mechernich.
Der Begriff 'Mandala' erfreut sich allgemein zunehmender Beliebtheit (mittlerweile gibt es schon Mandala-Bilderbücher zum Ausmalen), was leider manchmal zu einer Trivialisierung dieses tiefgrundigen Begriffs führt. Ein Mandala ist die Umgebung einer Gottheit. Uns selbst und die anderen als Teil eines Mandalas zu sehen, als einander ergänzende Teile eines gröszeren Gänzen, ist eine der tiefgrundigsten Ubungen, die wir 'rund um die Uhr' durchführen können. Das Mandala einer tantrischen Gottheit wird auch als ihr Reiner Bereich bezeichnet. Es gibt aber auch Reine Bereiche im Sutra. In den Mahayana-Sutren werden die Reinen Bereiche gewissermaszen als 'Paradiesgarten' beschrieben, in denen sich die Bodhisattvas der Vervollkommnung der sechs Paramitas widmen. In einem solchen Bereich wiedergeboren zu werden, gilt traditionell als erstrebenswertes Ziel. Rinpoche wird anhand von Beispielen und übungen erklären, wie Mandalas und Reine Bereiche richtig zu verstehen sind und wie wir sie in unsere Praxis mit einbeziehen können. Wenn die Zeit reicht, wird Rinpoche auch auf die Praxis des Mandala-Opters zu sprechen kommen, die ja nur scheinbar von den Vorstellungen der indischen Kultur abhangig ist.

Beginn: Samstag, 9.30 Uhr; Ende: Sonntag, gegen 14 Uhr. *Kostenbeitrag:* ohne Unterkunft, ohne Verpflegung DM 99,- (Mit Unterkunft im Mehrbettzimmer und Mahlzeiten: DM 139,-

Ort: Kamalashila institut, Schlosz Wachendorf, 53894 Mechernich, Telefon: 02256-850, Fax: 02256-1757. Im Schlosz selbst können bis zu 35 Leute in Einzel-,

Doppel- und Mehrbettzimmern untergebracht werden. Falls die Platze in Kamalashila nicht ausreichen, besteht die Möglichkeit, in Wachendort noch weitere Zimmer anzumieten.

Anfahrt aus Richtung Köln: A 1 Richtung Trier, Ausfahrt Wisskirchen. An derAusfahrt rechts abbiegen und nach 500 m links Richtung Satzvey embiegen. Nach der Ortsausfahrt Satzvey hinter dem Bahnubergang links Richtung Bonn abbiegen. Nach dem Ortsausgang Antweiler zweite StraBe rechts nach Wachendort embiegen. Schloss Wachendorf, unübersehbar, ist das erste Gebaude zur Linken.

Anmeldungen bis 10. November schriftlich und Unter Angabe der Unterbringungs und ggfs. Abholwünsche an Chödzong. Die Vergabe der Zimmer ertolgt in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen. Kamalashila nimmt *keine* Anmeldungen oder Reservierungen entgegen.

DIE SECHS YOGAS VON NAROPA (nicht-öffentlich)
26/27 November – Kamalashila, Mechernich.
Voraussetzung fur die Teilnahme: Einweihung in die höchste Tantraklasse (Anuttarayoga) und die vorher erfolgte Ubertragung der Sechs Yogas von Naropa.
Ablauf: Donnerstag,19Uh r: Abendessen, anschliessend Belehrung. Freitag, 9.30 Uhr und 14.3oUhr: Belehrungen, anschlieszend Frage & Antwort und Tee. Ende gegen 18.00 Uhr.
Kostenbeitrag: ohne Unterkunft, ohne Verpflegung DM 99 Mit Unterkunft im Mehrbettzimmer und Mahlzeiten: DM 139.

INLEIDING IN VAJRAYANA – 6 avonden

In tegenstelling tot wat in de Nieuwsbrief van juni 1998 staat vermeld beginnen de avonden *Inleiding inVajrayana* op **dinsdag 8 dec. 20-22u.** Toegankelijk voor alle mandala-leden uit Nijmegen en Den Bosch. (Zo ontmoeten we elkaar weer eens). Plaats: **Jewel Heart Centrum.** Opgave (indien nog niet gedaan) bij secretariaat, d.m.v. strookje uit Nieuwsbrief juni 1998.



Transcripten vers van de pers

Odyssey to Freedom; in sixty four steps.
Dit is een Lam Rim voor deze tijd: kort, handzaam maar niettemin volledig. Rinpoche gebruikt hedendaagse omgangstaal met voorbeelden uit onze eigen leefwereld zonder af te wijken van de traditie. Alle vierenzestig stappen naar volledige verlichting zijn compact en overzichtelijk samengebracht op een bladwijzer. Aanbevolen aan ieder die wil beginnen aan een praktische weg naar Verlichting. *f 30.*

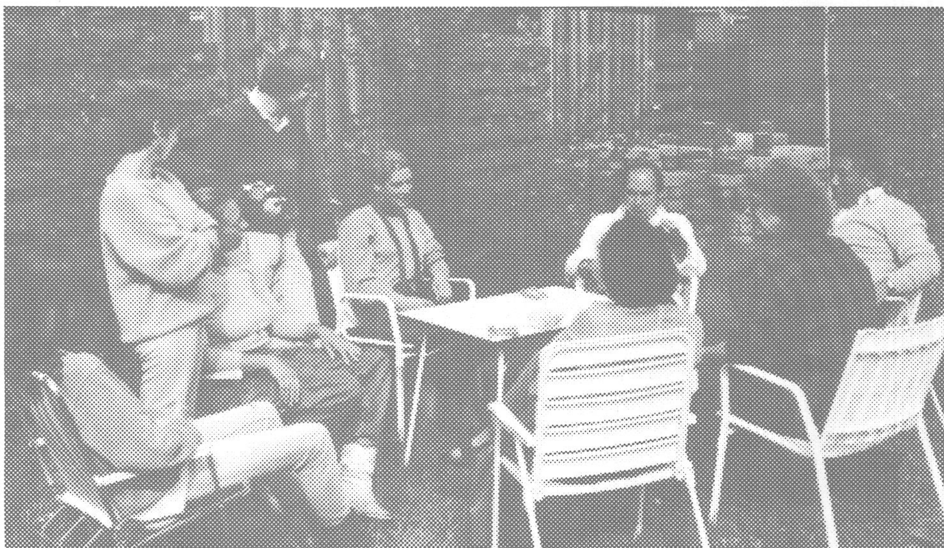
Solitary Yamantaka teachings on the generation stage.
Dit werk is de neerslag van Rinpoche's lessen over de beoefening van Yamantaka, gegeven in de periode 1981-1998. Dit werk behandelt zeer uitvoerig de onderdelen die in elke sadhana terugkomen. Dit tweede werk uit de *Vajrayana series* staat daarmee model staat voor en vormt de basis voor verdere sadhana-commentaren van de verschillende yidams. (alleen met hoogste yoga tantra initiatie) *f65.*

Wie wil....

de bloemen op het altaar in het Jewel Heart Centrum gaan verzorgen ....

Neem kontakt op met:
Fenneke Lust tel. 024 360 29 19

van Rinpoche zelf beschikbaar; een Amerikaanse studiegroep bestond immers nog niet. Woord voor woord, regel na regel, en vers na vers werd de tekst ontleed. Uit bewaarde aantekeningen blijkt hoe goed en nauwgezet dat gebeurde. Deze benadering oogstte niet bij ieder enthousiasme. Er was vrij snel spanning voelbaar tussen hen die dat een te intellectualistische benadering vonden en anderen die het juist fijn vonden op deze wijze in een tekst binnengeleid te worden.
Het weekend daarop benadrukte Hélène dat onder deze teksten meerdere betekenislagen schuilgaan en dat deze zich pas in je geest ontvouwen door je er herhaaldelijk en niet aflatend 'mee uiteen te zetten'. Voor haar was dit niet louter terminologie. Zij slikte niets, ook niet van de aanbeden goeroe. Voortdurend had ze zich met iets – zoals ze dat zei – 'uiteen te zetten'. Zonder slag of stoot ging dat niet. Ze leverde vele innerlijke gevechten voor ze zich gewonnen gaf. Al haar verworvenheden waren uit het vuur gesleept en hadden de confrontatie met de slijpsteen van haar geest moeten doorstaan.
Het zaadje werd aan de aarde toevertrouwd in het voorjaar van 1985. In september kwam Rinpoche weer naar Nederland. Om een goede voedingsbodem te waarborgen gaf hij de groep de officiële overdracht van de *Ganden Lha Gyema*. Dat ging in hoog tempo, zittend rond de huiskamertafel. Er werd wel even met de oren geklapperd. Hij besloot met: 'Dit is onze ruggegraat; ik trek nu een beschermende cirkel om jullie heen'. We voelden dat er iets gebeurde, maar konden het niet geheel vatten.
Een jaar daarna, in april 1986, riep Rinpoche tijdens een workshop over *Zelf en zelfloosheid* een viertal mensen in het kantoortje van het PMV-Centrum – toen nog aan de Graafseweg – bijeen. Wat geregeld moest worden was in drie minuten geregeld, geheel volgens de stijl van Rinpoche. Hij zei dat de groep een wettelijke basis moest krijgen. Hélène mocht niet de risico's alleen blijven dragen nu er een vaste groep was. Hij wees zonder commentaar Hélène aan als voorzitter, Marianne Soeters als secretaris, Len Kosse als penningmeester en ondergetekende voor publiciteit. Omdat we tot dan toe altijd alles in onderling overleg hadden geregeld, leek de verenigingsvorm in eerste instantie het meest aantrekkelijk. In een vereniging wordt over alle te bekleden posities door ieder gestemd en is er inspraak over elke beslissing. Dat zou echter betekenen dat de positie van de spirituele leider alsmede die van de begeleiders door hem aangewezen en het programma en de lijnen die hij wenste uit te zetten telkens ter discussie zouden kunnen worden gesteld. Deze afhankelijkheid mag een spiritueel leider niet toegevoegd worden en daarom werd uiteindelijk gekozen voor de stichtingsvorm, waarbij niet de leden, en ook niet het bestuur, maar uiteindelijk de spirituele leider het laatste woord heeft. De stichtingsvorm is in de wereld van spirituele stromingen eerder regel dan uitzondering en niet zonder reden. Op 8 januari 1987 werd de stichtingsakte ondertekend van wat toen nog heette: Stichting Instituut voor Boeddhistische Studie.
We zochten naar een minder formele meer pakkende en betekenisvolle naam. Dat bleek moeilijk. We wilden beslist geen naam in het Tibetaans, ook niet in het Engels, maar wat dan wel? We waren niet verrukt van de naam Jewel Heart, die men in Amerika had aangenomen.
Uiteindelijk werd de beslissing meer op tactische dan inhoudelijke gronden genomen. Iemand stelde voor om de bezwaren op te geven. In Amerika was men nauwelijks doordrongen van het feit dat de lijfelijke afwezigheid van onze geestelijke leraar maakte dat we volledig afhankelijk waren van de kruimels die van hun rijkgedekte tafel vielen. Zonder de toegestuurde bandjes van Rinpoche's lessen waren we nergens. Soms werd er wat toegestuurd, gevuld met onhoorbaar gebrabbel, soms leeg, soms werd er niets toegestuurd. Altijd moesten we bidden en smeken! Het aannemen van dezelfde naam zou in dit opzicht wel eens positief kunnen werken. Op 26 januari 1990 werd daarom ook voor Nederland de naam Jewel Heart vastgelegd. Het bleek te werken en hoe! De bandjes, die nu regelmatig kwamen, werden getranscribeerd in Nederland en onze Amerikaanse vrienden genieten daar van mee.



In 1990 waren er inmiddels drie groepen: een senioren lamrimgroep, een lamrimgroep en een inscholingsgroep. Daarnaast werd op het Fortman-centrum een inleiding Boeddhisme gegeven door Marianne Soeters (nu Carel Weevers) en ook aan de Volksuniversiteit te Arnhem door Hélène van Hoorn (toen ze ziek werd overgenomen door Len Kosse). De mandala omvatte toen zevenendertig leden. Amerika had nu vijf groepen, Maleisië één en Singapore één. De bijeenkomsten waren wekelijks geworden. De huiskamer werd in 1990 ingewisseld voor een ruimte in het Dominicusklooster. We hadden zowaar een eigen centrum, één van de mijlpalen in onze geschiedenis. (wordt vervolgd).

Piet Soeters

"VAN MONNIK NAAR GEWONE MAN ?"

Een interview met Gelek Rinpoche

Tijdens zijn laatste bezoek aan Nederland heeft Margo Gommers een interview met Gelek Rinpoche gehouden. Het is de bedoeling dat hierover te zijner tijd een krantenartikel verschijnt. Speciaal voor Jewel Heart hieronder vast enkele fragmenten.

LEEK OF MONNIK

Mijn eerste vraag betrof zijn uittreding uit het klooster. In het westen bestaat bij veel mensen het idee dat boeddhistisch kloosterling zijn de ultieme manier is om spiritualiteit te praktizeren. Toch is hij uitgetreden.

"Absolutely true" was zijn stellige antwoord. "De waarneming dat in het klooster zitten en monnik zijn de beste manier is om te praktizeren, is zonder twijfel goed. Maar aan de andere kant werkt het niet voor sommigen. Monniken worden geacht celibatair te leven en de gelofte van celibaat te hebben afgelegd. Soms werkt dat niet voor mensen. Mensen zoals ik. Ik wilde voelen wat er gebeurt als je drinkt of drugs rookt of sex hebt met een vrouw. Vanuit religieus oogpunt is het slecht, het is verschrikkkelijk en een schande. Maar vanuit persoonlijk oogpunt werkte het goed voor mij."

Hij zegt nu te begrijpen dat drank, drugs noch sex de antwoorden kunnen brengen die je in je leven zoekt.

"Daarna heb je echter wel meer gevolgen. Na sex heb je verplichtingen, onenigheid, ruzies en discussies. Na drugs heb je ontevredenheid, het verlangen om door te gaan of meer te hebben. Na drank wil je meer, krijg je verslaving, en veroorzaak je ellende. Ik zou daar over hebben gehoord en geleerd, maar ik zou het nooit hebben ervaren als ik monnik was gebleven. Dus het was niet persé slecht voor mij, het werkte 'ok' voor mij."

Rinpoche voegt er aan toe dat het hem veel geholpen heeft om aansluiting te vinden bij de mensen.

"Mijn eigenlijke kracht zit er niet in dat ik geleerd ben of een grote meester, maar dat ik erg geaard ben en met mensen kan praten op hun nivo. En ik probeer erg aangepast te zijn in de westerse cultuur. Dat is mijn kracht, er zijn veel geleerdere mensen overal. Wat dat betreft zit ik haast op een nul-nivo, het laagst mogelijke. Maar mijn kracht is het begrijpen van westerse mensen, hun cultuur en hun achtergrond, en proberen daarop aan te sluiten."

KLOOSTERS

Rinpoche heeft eens gezegd dat spiritualiteit niet exclusief voor kloosters is.

"Dat is zeer zeker waar. In de Tibetaanse boeddhistische traditie zijn een aantal leken die boeddha zijn geworden, die grote leraren zijn geworden, of die zelfs stichters van een traditie zijn geworden. De Kagyu traditie bijvoorbeeld is gesticht door Marpa, die de leraar was van Milarepa, en hij was een leek. Dus spirituele realiteit is geen privilege van het celiaat, het is voor iedereen, voor iedereen, er is geen discriminatie!"

Wat is de rol van de kloosters dan volgens u?

"Kloosters zijn de basis, waarop de boeddhistische orde en discipline, filosofie en logica, rituelen en zelfs kunst worden behouden en uitgedragen. Kloosters zorgen voor de basis als een bron van onderwijs, informatie, en praktische training. Die traditie in leven houden is de rol van de kloosters. Maar dat betekent niet dat verlichting en ontwikkeling alleen in de kloosters ligt."

Over traditie zegt hij nog het volgende. "Wat helpt is dat iedere traditie haar eigen informatie ter beschikking heeft die je nodig hebt. Traditie is niet meer dan het geven van informatie en het helpen bij de beoefening. Dat is het enige wat de traditie kan doen, waar je ook kijkt. Het eigenlijke werkmoet je zelf doen; de traditie doet het niet voor jou. Die mag wel voor je werken, maar het is niet je betaalde werknemer. Het komt op jezelf aan."

GEAARD

En dan over de Odyssee naar Vrijheid. Graag wilde ik meer weten over zijn ontwikkeling in het lesgeven vanaf het moment dat hij naar het westen kwam. En wat in zijn ogen verschillen tussen het Oosten en het Westen zijn. Via interessante omwegen komen we bij dit onderwerp.

Hij legt uit dat het in zijn aard ligt om altijd te willen begrijpen wat hij zegt, wat de boodschap of idee achter de tekst is. Als kind had hij dat al. Hij noemt het de 'basic inquiring mind' oftewel een fundamenteel onderzoekende geest. Hij voegt er aan toe dat hij geen type is om een leuk artikel te schrijven voor een af andere conferentie, maar meer een mens die praat en zijn ervaringen en kennis wil delen met andere mensen.

"Dan gebeuren er twee dingen. Punt 1: mijn engels is niet zo goed. Dan kun je je automatisch niet uitdrukken op een moeilijke, diep-filosofische manier. Dat pakte goed uit, want dan blijf je op het nivo van het dagelijks leven. Dat heeft goed voor mij gewerkt. Ik kreeg de reputatie dat ik erg met twee benen op de grond stond. Zelfs critici zeggen dat ik erg geaard ben. En het heeft ook goed gewerkt voor de mensen die naar me komen luisteren." Tsja, punt 2 blijkt bij het terugluisteren helemaal niet meer aan bod te zijn geweest, helaas.

Terug naar de verschillen tussen het oosten en het westen. "Fantastisch! Alsof ik vanuit de 17e eeuw werd opgetild en met een helikopter in de 20e eeuw werd gedropt. Een sprong over een kloof van 200 jaar, wat betreft het leven, de manier van denken, de manier van functioneren, hoe de omgeving werkt, alles! Dat wist ik toen niet, maar als ik nu terugkijk zie ik dat dat is wat er gebeurde. Maar ik heb me aangepast, want zo functioneren mensen. Je past je

in alles aan, in je manier van leven, in je manier van denken, zelfs je eetgewoontes. Dan voel je je geen buitenlander, geen vreemde meer. Als jij je vreemd voelt naar jezelf, voelen anderen zich ook vreemd naar jou. Dus aanpassing, aanvaarding is de sleutel. Ik ben in staat geweest me redelijk aan te passen in het westen. Eerst aan de Indiase cultuur en daarna aan het westen."

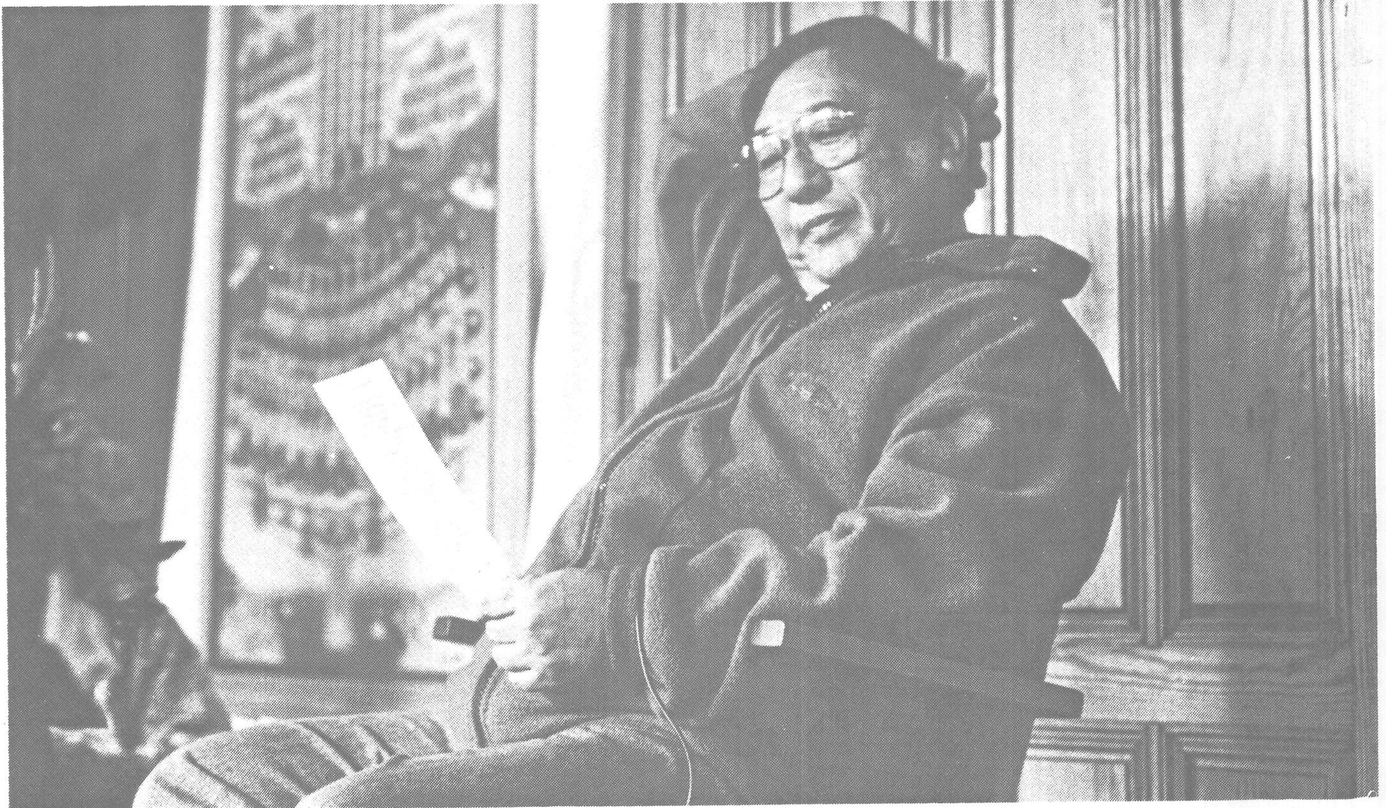
"OUDE MAN, NIEUWE MAKE-UP"

Wat betekent die aanpassing voor de lesmethode? Zijn er veel veranderingen? "De Odyssee is niets nieuws, het is de traditionele Lam Rim. Maar Lam Rim zegt niemand iets. Dus dachten we: het is beter een soort westerse naam te gebruiken zodat mensen aanvoelen wat het is. We hebben toen in het computerwoordenboek gekeken bij 'pad' en 'weg' en dergelijke en plotseling kwam in de computer tevoorschijn 'Odyssee'. Sommigen vonden het verschrikkelijk, anderen vonden het geweldig. Toen heb ik het begrip Odyssee eens goed bestudeerd. Ik kwam tot de conclusie dat we het Odyssee naar Vrijheid moesten noemen in plaats van Odyssee naar niks. In feite zijn alle stappen daarin "basic" traditie, met andere woorden (zegt hij lachend): het is een oude man met nieuwe make-up!"

De vorm is dus aangepast. Zulke dingen vindt hij leuk, met veel dingen. "Zelfs de manier waarop we vandaag praten is niet traditioneel boeddhistisch. Traditioneel zouden we zeggen: de grote Boeddha had eerst een goede motivatie opgewekt, veel verdiensten verzameld, gezuiverd en bereikte toen de verlichting, en door zijn goedheid ging hij daarna lesgeven, blablabla... Maar dat zeggen we niet. Dus is het niet traditioneel, maar wel traditiegetrouw.

De traditionele manier werkt hier niet. Traditioneel worden de lessen gewoon gegeven of ze op dat moment nu relevant zijn of niet, en men hoopt dan maar dat in de komende 30 jaar de relevantie zal blijken. Ik gebruik ook veel persoonlijke ervaringen, wat ook niet de traditionele stijl is, en westerse incidenten of gebeurtenissen in plaats van de traditionele Tibetaanse of Chinese verhalen die men in het westen niet kent. Dat vind ik leuk. Ik heb het bijvoorbeeld over de Golfoorlog of het Israëlisch-Arabisch conflict. Dat zijn goede voorbeelden, die kunnen we zien, voelen, begrijpen."

Voor hem persoonlijk zijn ook veel dingen veranderd nadat hij naar het westen is gekomen. "Ik kan niet met gekruisde benen op een kussen blijven zitten. Ik moet voor mezelf zorgen, mijn eigen eten koken, boodschappen doen, kleren wassen. Als Rinpoche werd dat vroeger altijd voor me gedaan en dat is niet langer zo." Grinnikend voegt hij er aan toe dat hij tegenwoordig zelf moet zorgen dat hij naar de dokter gaat en de dokter niet naar hem toe komt. "Kortom: proberen een gewone man te zijn."



LESGEVEN

Dan over hoe hij naar het westen is gekomen en leraar is geworden. Leraar worden blijkt niet zijn eigen keuze te zijn. "Helemaal niet. Ik ben overal heen gestuurd, ga hierheen, ga daarheen, doe dit, doe dat. Je eigen leraren zeggen; ga lesgeven, ga lesgeven! Er is geen officiele opdracht, er is geen certificaat met een stempel dat bepaalt: nu ga je

lesgeven." Zelf gebruikte hij het woord 'gedwongen'. "Gedwongen omdat ik niet wilde", waarna hij in een hartelijke lach schiet. "Echt waar. In het begin wilde ik ergens een leuk rustig leventje hebben." Na een denkpauze komt er meer. "Ik geloof niet dat ik op zoek was naar veel geld. Ik was een beetje aan het zoeken naar een comfortabel leven, een gezellig huis in een mooie stille omgeving, frisse lucht, zuiver water, met leuke partners." U leest het goed ja, en hij lacht er zelf om. "Niet één, maar meerdere partners! En goed eten, dat zocht ik. Niet om les te geven aan duizenden mensen die je volgen. Dat was zeker mijn wens niet, maar ik werd er min of meer toe gedreven."

Ik herinner me dat hij eens vertelde hoe hij daartoe werd gedreven. Nadat hij uitgetreden was en weer zijn leraren ontmoette, vroegen ze hem: en hoe was het, vertel eens, heb je gevonden wat je zocht? Ze lieten hem begaan tot ze hem op een dag suggereerden dat het misschien een goed idee was om les te geven. Alles op een subtiele manier. "Inderdaad op een subtiele manier. Ze zeiden: waarom doe je dit niet? Waarom probeer je dat niet? Of: wil je alléén dit nog doen, dan val ik je niet meer lastig. Dat ging maar door en zo is het gebeurd."

En hoe voelt het nu? "Wel, twee dingen. Allereerst ben ik blij dat ik gedachten kan delen met een aantal mensen, vooral als mensen mij vertellen dat het voor hen verschil heeft gemaakt in hun leven, dat ze er gelukkiger door zijn geworden. Ten tweede ben ik altijd voorzichtig dat ik geen 'disservice' breng aan de mensen, dat ik ze schaad in plaats van ze te helpen. Daar ben ik regelmatig echt bezorgd over. De boodschap die je brengt, hoeft helemaal niet verkeerd te zijn, maar sommige mensen intepreteren hem verkeerd. Daar ligt mijn bezorgdheid." Is het een last? "Ik weet niet of het een last is, maar ik ben er altijd bezorgd over."

Dan heb ik hem nog gevraagd of hij vaak aan Tibet denkt. "Heel vaak ja. Ik denk dan aan het Tibet dat ik ken, het oude Tibet. Ik denk niet aan het huidige Tibet, dat heb ik niet gezien, daar heb ik geen plaatje van, hoewel sommigen me daar wel over vertellen. Ik denk meestal aan het Shangrila." Of hij het mist? "Ja en nee. Ik denk dat ik toch erg gewend ben aan het westerse leven. Natuurlijk mis je het, het is je eigen land, maar ik voel me nog steeds ok in het westen. Ik leef al 50 jaar zonder Tibet, dus ik zie het niet als een 'big deal'."

Margo Gommers

HET VOORJAARSBEZOEK VAN GELEK RINPOCHE

Een impressie

Sinds het bezoek van Rinpoche vorig jaar, durf ik me gerust een 'fan' te noemen. Ik heb hem toen maar een paar keer horen spreken, maar wat hij zei, raakte me behoorlijk. In september ben ik daarom ook met de inscholingscursus van Jewel Heart begonnen.

Toen bekend werd dat Rinpoche in april weer naar Nederland zou komen, was ik opgetogen en schreef me gelijk maar voor het weekend en de vijfdaagse in. Of ik het vol zou houden, wist ik niet, want ik beschouw mezelf doorgaans als veel te actief om lang stil te zitten. Maar ik besefte dat de kans om Rinpoche vaak te ontmoeten, klein is.

Iemand beschreef dat het wachten op zijn komst was alsof Sinterklaas zou komen en dat vond ik wel een aardige overeenkomst. "Vol verwachting klopt mijn hart". Rinpoche kwam en op de eerste avond in Nijmegen nam ik een paar vrienden mee. Elk van hen was blij geweest erbij te zijn. Blij om een avondje voor de buis gemist te hebben en iets bijzonder meegemaakt te hebben. Zo ervoer ik het zelf ook. Heerlijk om het weekend méér te mogen horen. Hij beschreef voor mij heel helder hoe je van iemand kunt houden, zonder dat dit gehechtheid hoefde te betekenen. Dat vond ik heel prettig, want ik heb al heel lang dezelfde partner, die mij heel lief is. Ik had me wel eens afgevraagd hoe dat dan zat als je heel erg gehecht aan iemand bent. Hij gaf een bevredigend antwoord.

In het weekend was genoeg ruimte om vragen te stellen; Rinpoche vond het duidelijk fijn om in dialoog met zijn leerlingen te zijn. Hij deed dit met de nodige humor, hij vertelde bijvoorbeeld een grappig verhaal over wat 'hagedissen-meditatie' was.

In de vijfdaagse werden de lessen iets anders van karakter. Rinpoche had een 64-stappen-plan gemaakt. We kregen elk een fraai drukwerkje waarop alle stappen naar Verlichting beschreven stonden. Rinpoche trachtte bij elk punt toelichting te geven. Ik werd er wel een beetje ze-



nuwachtig van toen we na twee dagen nog niet erg ver gevorderd waren in het lijstje. Uiteindelijk heeft rinpoche het hele lijstje met ons doorgenomen. Op koninginnedag werd een overvloedige puja gehouden.

Op de laatste dag van de 5-daagse gaf rinpoche een Tara initiatie. Als beginnend boeddhist had ik nog nooit ziets meegemaakt. Ik zag er erg naar uit want tara is voor mij de meest toegankelijke verpersoonlijking in het boeddhisme. Het hele gebeuren maakte iets los in mij en even kon ik alleen nog maar snikken van een gelukzalig gevoel. Het was een mooi einde van een indrukwekkende week. Bedankt Rinpoche!

Shari

BODDHICITTA IN DE BLAUWE BERGEN

Een reisverslag uit India (deel 2)

Then as though I were hypnotised by a spell
I shall reduce this (Bodhi)mind to nothing
Even I do not know what is causing me confusion;
What is there dwelling inside me?
(Boddhisattvacaryavatara Hst. 4, vers 27)



Nadat eerdere pogingen om iets voor de Jewel Heart Nieuwsbrief te schrijven belandden in gekanker over Indiers en hun neiging de boel te belazeren en over het niet kunnen aanzien van een nest puppies die één voor één doodgingen of verdwenen, waag ik het toch nog maar een keer.

Na een paar maanden in Nederland gewerkt te hebben, ben ik in januari naar India gegaan. Een vriend van mij woont daar sinds zo'n vijf jaar en af en toe wil ik hem wel eens zien. Enige andere reden om naar India te gaan heb ik niet. Ik ben weliswaar behoorlijk onder de indruk van India, maar die indruk is niet bepaald een positieve. Ik geloof ook niet dat leven in India, dat wil zeggen: in de chaos en vullis, erg bevorderlijk is voor je geestelijke hygiene. Nu is Lovedale een aardig dorpje in een prachtig groene omgeving, hooggelegen op ruim 2000 meter in de Nilgiris (blauwe bergen), maar heb je iets nodig dan moet je toch naar Ooty oftewel chaos en vullis.

Prem (die vriend van mij) houdt er een paar honden op na. Toen ik aankwam, na eerst een maand met mijn moeder door Rajastan getrokken te zijn (wat overigens zeer de moeite waard was), was 1 van de toen 2 honden in verwachting. En toen ik wegging de andere, maar dat is een ander verhaal. Er werden 6 puppies geboren en een dag later vond Prem nog 5 puppies van een week of 7. Tja, en toen begon de ellende. De oudere puppies werden 1 voor 1 ziek en na een paar dagen waren ze dan opeens weg of dood. Ik heb er eentje nog bijgevoerd met melk uit een spuitje, maar ook dat mocht niet baten.

Ik voelde me behoorlijk machteloos. En het was me volledig duidelijk dat ik nu *niet* in staat ben om alle levende wezens uit hun lijden te bevrijden. En dan nog, om welk lijden gaat het eigenlijk? Niet dat ene specifieke lijden natuurlijk, uiteindelijk gaat het om samsara als zodanig. Zou dat dan niet betekenen dat als ik een wezen help een ziekte te overwinnen, ik 'm in feite helemaal niet van zijn lijden verlos, maar alleen van die ene vorm van lijden die meteen gevolgd wordt door een andere vorm? En dat ik dus alleen een wezen help door, laat ik zeggen, z'n gerichtheid op Samsara te doen afnemen? Tja, eerst m'n eigen gerichtheid maar, want 't is nog maar de vraag wie meer lijden ervaarde, ik of de hondjes, die waarschijnlijk niet eens over hun situatie nadachten of naar een andere situatie verlangden.

Na 3 maanden Lovedale zit m'n tijd daar erop en hobbel ik nu in de trein naar New Delhi, 2.500 km., waar ik ons aller Marianne Mathijsen van het vliegtuig ga halen voor de volgende fase van mijn gereis. Ondertussen natuurlijk ook veel genoten, heerlijk gewandeld, veel muziek geoefend en veel te weinig gelezen. Ik heb de helft van Sogyal Rinpoche's "Tibetaanse boek van leven en sterven" gelezen. Een fijn boek dat ik in Nederland beslist uit ga lezen. En daarnaast Sherwin Nuland's "How we die", waarin vooral de illusie van het ' waardig sterven' wordt ontmanteld. Dus nu des te meer interesse in Sogyal Rinpoche's advies hoe ik helder kan sterven wanneer ik lig te creperen (om 't maar plat te stellen) of half dement ben.

De laatste week in Lovedale heb ik voornamelijk op bed doorgebracht met griep, en het was niet zozeer de koorts of de pijn in m'n spieren die zo erg was, maar de mind, de continue ongebreidelde gedachtenstroom die niet te stoppen was die ik het meest ellendig vond. Als ik probeerde te mediteren, met een korte Sadhana, dan vond ik mezelf in no-time in een riksja, ruziend over de prijs van een chapati (ik verzin maar wat, want wat er werkelijk gebeurde is niet in woorden te vatten). Dus dat wordt wat als ik dood ga. En natuurlijk heb ik (vééél te weinig) gelezen in Shantideva's "het pad van de Bodhisatva". Ik vind het dan ook niet erg bemoedigend om te lezen. Ik ben zo iemand die niks aan bedelaars geeft: "Het is een beroep en ze krijgen genoeg", en die na tien keer geen antwoord meer geeft op de vraag: "What is your native country?".

En dan lees ik in Hoofdstuk 3 dingen als: "Having given this body up, for the pleasure of all living beings, by killing, abusing and beating it, may they always do as they please" (H.3, vers13).
Moet ik echt zover gaan om 'bevrijd' te raken? Het doet me wel beseffen hoezeer ik gehecht ben aan 'leven, lijf en goed', want ik wil best wel een boot zijn

en een lamp en een bed (vers 18-19), maar die ik is toevallig wel Robert met alles erop en eraan, hoe leeg dat dan ook mag zijn. Het lijkt me hoe langer hoe meer een sprong in het duister, "dag, Robert, ik ga voor de verlichting". Eigenlijk wil ik dan toch eerst eens weten wat er overblijft als ik Robert opgeef. En toch probeer ik iedere dag trouw m'n Sadhana's te doen waarin ik zeg dit alles te zullen doen, direct of indirect.
In Hoofdstuk 4, vers 3 stelt hij dan weliswaar .."But how can I ever withdraw, from what has been examined by the great Wisdom, of the Buddha's and their sons, and even many times by myself?". Buddha kan het allemaal gezegd hebben, maar ernaar leven blijft (vooralsnog) een volgend hoofdstuk. Waar ik overigens niet werkeloos op moet gaan zitten wachten,want voor ik het weet heb ik er de mogelijkheid niet meer toe.

Nog een heel waar vers uit H.4, vers 29: "For while they cause me harm, yet I patiently endure them without any anger; But this is an inapropriate and shameful time for patience" en dat geldt natuurlijk voor afkeer en gehechtheid in de ruimste zin. In hoofdstuk 5 komt ie dan eindelijk met de oplossing 'Mindfulness', want "there is nothing to fear other than my mind", vers 8. Als ik terugdenk aan m'n griep, oh ja, geen twijfel aan. Naast de o zo belangrijke ' Mindfulness' geeft Shantideva nog een aardige waslijst met adviezen. Ik wil alleen die noemen die mij het meest aanspreekt (vers 71).

"Now, while there is freedom to act, I should always present a smiling face and cease to frown and look angry: I should be a friend and counsel of the world". En voor mij is dat in India niet altijd even makkelijk, maar wil ik ergens komen met de training van mijn 'mind', zal ik 't toch moeten proberen, juist daar waar het moeilijk is. "Therefor I shall put this way of life into actual practice, for what can be achieved by merely talking about it?. Will a sick man be benefitted merely by reading the medical texts?"

Tot zover,

Robert Keurntjes

HET DAADKRACHTIGE OPTREDEN VAN VAJRAPANI

Nadat in het maartnummer van 1997 het liefde -en compassie aspect van Avalokiteshvara en in het novembernummer van hetzelfde jaar het wijsheidsaspect van Manjushri belicht zijn, staat nu Vajrapani centraal. Er zijn namelijk drie krachten nodig om andere wezens te kunnen helpen:
- liefde en compassie, vertegenwoordigd door Chenrezig (Avalokiteshvara);
- wijsheid, vertegenwoordigd door Manjushri;
- adekwaat handelen, vertegenwoordigd door Vajrapani.

Om iemand zo goed mogelijk te kunnen helpen, in alle mogelijke omstandigheden, is naast inzicht en liefde ook soms een krachtig optreden nodig om een beoogd effekt te bewerkstelligen. Vajrapani vertegenwoordigt werkelijk doeltreffende hulp en begeleiding. Hij is de belichaming van de enorme, eindeloze kracht van het vaardig handelen van alle Boeddha's.

Om zo'n krachtige energie te kunnen symboliseren is een sterk symbool nodig; een toornige figuur die door zijn houding, outfit en attributen angstloosheid en kracht uitstraalt. Soms zijn er nu eenmaal krachtige methoden nodig en wenselijk!

Hoe is zo'n figuur nu beter te illustreren dan door een gespierde, gedrongen gestalte, die staat te trappelen en stampen van energie en er vervaarlijk uitziet (zie afbeelding)? Zijn lichaam heeft een donkerblauwe kleur. Donkerblauw is de kleur van heftige energie. Zijn vlammende haren, oranjerood of goudbruin, staan rechtop. Zijn rechterbeen is gebogen en zijn rechtervoet lijkt te stampen. Wanneer mannelijke aktiviteiten weergegeven worden (liefde- en compassie aspect) is dat zichtbaar door aktiviteiten in de rechterkant van het lichaam. Zijn rechterarm is naar rechtsboven gestrekt en in zijn hand is de vajra, of diamanten scepter, dit is het symbool voor de verlichte kracht van totaal spiritueel ontwaken.



Zijn linkerbeen is in rustende positie. Om zijn heup ligt een tijgervel, hetgeen kracht betekent. Hij draagt vele kettingen, arm-en enkelbanden en om zijn hals ligt een slang. Over zijn schouders en om hem heen hangt wapperend een sjaal (een grote tartjang).

In zijn handen, met vingers met lange scherpe nagels, bevinden zich twee attributen, de vajra in de rechter en een lasso in de linkerhand. De lasso heeft twee uiteinden, met aan de ene kant een haak en aan de andere kant een oog. De lasso vangt demonen (onze eigen verstorende emoties) en houdt ze vast, zodat ze zich niet meer kunnen laten gelden. De mudra, de houding van beide handen, is die van bedreiging, om hindernissen verre te houden. Zijn gezicht heeft een toornige uitdrukking. Wenkbrauwen en baardharen zijn in de vorm van vlammen: vuur heeft een louterende, zuiverende werking.



Op zijn voorhoofd is een derde oog, een zogenaamd wijsheidsoog. Zijn mond staat open, tanden en vier hoektanden zijn te zien en de tong is vuurrood. Vajrapani staat op een goudkleurige schijf (kan ook oranje of rood zijn, de symbolische kleuren voor wijsheid), het zonnekussen, wat vrouwelijke energie symboliseert. Dit zonnekussen ligt in een Lotus, symbool voor het overwinnen van Samsara, bevrijding, onthechting. Om Vajrapani heen is een aura van vlammen, de wijsheidsenergie die uit alle porieen van zijn huid naar buiten stroomt.

Vajrapani kan zich op vele manieren manifesteren. Zo kan hij bijvoorbeeld een witte lichaamskleur hebben. Wit verwijst meestal naar het water-element, wat staat voor een reinigende werking, de transformatie van negatieve gevoelens in wijsheid, zijn gelijk een spiegel. Hij kan optreden als beschermer tegen slangenbeten en heeft dan een blauwe, soms witte huidskleur. Soms is hij afgebeeld als een donkerblauwe Garuda, een dier-mensfiguur met een vogelhoofd, vleugels en klauwen. Hij kan optreden als een Dharmapala, dit is een beschermer van de leer van de Boeddha, en draagt dan een gordel van mensenhoofden. Namen voor sommige verschijningen zijn Mahacakravajrapani en Acalavajrapani. Men kan hem ook wel eens zien als een zittende zeer elegante figuur, in een ontspannen houding, van opzij gezien, leunend op een hand en gekleed als Bodhisattva (zie afbeelding hiernaast).

Bij bepaalde funkties en rituelen en als beschermer tegen demonen is hij de geestelijke zoon van Akshobhya. Ook valt hij te vergelijken met de Hindoegod Indra, god van onweer. Als tantrische vorm geldt hij als een emanatie van de Adiboeddha (= oerboeddha) Vajradhara. Hij kan drie hoofden hebben, vier, zes of acht armen en vergezeld zijn van een vrouwelijke partner, die een krommes en een schedelkom vasthoudt (hetgeen meestal niet te zien is).

Omdat ieder wezen dat geholpen moet worden op zijn of haar pad naar bevrijding een specifieke aanleg en specifieke karmische verduisteringen en omstandigheden heeft, kan geen enkele methode, hoe diepzinnig dan ook, voor iedereen op dezelfde wijze werken.

Als hulp zijn er dan ook soms zeer onorthodoxe methoden nodig om de geest te temmen. Tijdens het leven van de historische Boeddha, Sakyamuni, gebruikte hij als Bodhisattvaleerling al zijn krachtige middelen om onderricht te promoten of te beschermen. Zo zou hij een grote steen, die door Boeddha's neef Devadatta van een berg werd afgeduwd, om de Boeddha te doden, in tweeen hebben gespleten. Daarna zou de Boeddha hem de bescherming van de Tantra's hebben opgedragen. Tantra's zijn geheime, esoterische teksten, bedoeld om gekwalificeerde leerlingen in een mensenleven naar verlichting te voeren. Daarom heeft Vajrapani de titel 'Heer van het Geheime' gekregen.

Belangrijke figuren binnen de Boeddhistische traditie van Tibet zijn herkend als emanaties van Vajrapani: de Dharmakoning Kalpanchen, die systemen ontwierp voor het vertalen van originele Sanskrietteksten naar het Tibetaans; de Sakya-lama Drogon Chagma Dragpa; en Kedrub Je, een beroemde leerling van Je Tsong Khapa die meestal wordt afgebeeld met een enigszins toornige gelaatsuitdrukking, wat verwijst naar de grote Heer van het Geheime.

Om vrede, geluk en bevrijding te brengen, treedt Vajrapani op als een werkelijke held, die alle moeilijkheden aangaat. Hij treedt zijn beschermelingen met vriendelijkheid, geduld en overwicht tegemoet. Het beeld van een zorgende moeder wordt dan ook vaak gebruikt. Een moeder vervult soms een strenge rol ten opzichte van haar kind, uit liefde en wijsheid.

Marian van der Horst, thangkaschilderes

(Bronnen: Images of Enlightenment - Jonathan Landau en Andy Weber. Thangka's, Rollbilder aus dem Himalaya - Alexandra Lavizzari-Raluber)

UIT HET BESTUUR

Bezoek Gelek Rinpoche.
"Ik heb niets gemerkt van de organisatie", sprak een bezoeker tegen Ineke Vrolijk tijdens het afgelopen bezoek van Gelek Rinpoche. Dat was als een compliment bedoeld. En degenen die het bezoek organiseerden vinden dat een mooie pluim. Zo moet het gaan: van een leien dakje, zonder dat je iets merkt van alle inspanningen die dat kost. Achter de schermen gebeurt veel. Enkelen zijn er al maanden tevoren mee bezig. Wat telt is het product.

Een hartekreet.
Helaas zijn er nogal wat mensen die het de organisatie niet gemakkelijk maken. Zij beseffen dat waarschijnlijk niet. Daarom deze hartekreet: stuur tijdig je inschrijvingsformulier in en maak even tijdig je inschrijfgeld over. Hoewel er bij het afgelopen bezoek met een kortingsregeling werd gewerkt bij tijdige inschrijving, hielp dat bedroevend weinig. Er werd veelal erg laat ingeschreven en (te) laat betaald. Het tijdig opstellen van de corveelijst was daardoor niet mogelijk. De administratie kon te laat beschikken over een intekenlijst en dan nog moest bij velen aangetekend worden dat de betaling nog niet ontvangen was. Enkelen betaalden aan de zaal of kwamen met bankcheques. Voor workshop en retreat werd meer dan 3000 gulden cash ontvangen.
De penningmeester wordt daar niet gelukkig van. Niet dat zijn maatkleding uit model raakt, maar een zorgvuldige en correcte afhandeling en administratieve boeking raakt in het gedrang bij al die inschrijvers en betalers van het laatste uur. Bij ongeveer de helft van de inschrijvingen liep de zaak goed en was het geld tijdig en langs de koninklijke weg - via een overboeking - binnen.



U houdt het niet voor mogelijk wat voor een rompslomp de ontijdige betalingen met zich meebrengen. Het betekent veel last voor de organisatie, die ook maar uit vrijwilligers bestaat die hun vrije tijd hier aan geven.

Op = op.
Moeten we te late inschrijvers en betalers de toegang weigeren? Moeten we met een deadline werken? Dat vindt het bestuur op dit moment geen goede oplossing. Voor de inschrijving op de maaltijden geldt dat wel. We moeten tijdig, ruim een week van tevoren, precieze aantallen eters doorgeven aan de mensen die de maaltijden verzorgen. En bedenkt u wel: dat die maaltijden via Jewel Heart geregeld worden is een service. Na een bepaald tijdstip kunnen we het aantal maaltijden niet meer veranderen. Bij de capaciteit van de zaal is er nog niet direct een probleem. We vinden het daarom moeilijk om mensen die aan de workshop of retreat willen deelnemen, de deur te wijzen. Het is echter niet uit te sluiten dat het een keer gebeurt dat we toch zullen moeten werken met numerus fixus op volgorde van binnenkomst van betaling. Nog reëeler is het om te werken met een opslag bij betalingen na een vast te stellen datum. Als een tegemoetkoming in het meerwerk en, soms, ook de meerkosten, die late betalingen met zich meebrengen.

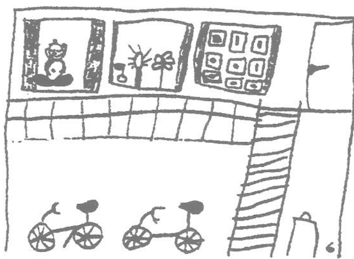


Medewerking.
U komt de organisatie al tegemoet wanneer u doet wat algemeen gebruikelijk is:
- maak een juiste optelling op het inschrijfformulier (ook daarin worden nogal wat fouten gemaakt) en vul het compleet is;
- stuur het inschrijfformulier tijdig in;
- betaalop tijd, het liefst door het geld per bank of giro over te maken.

Automatisch.
De meeste leden betalen keurig hun maandelijkse bijdrage via een automatische overschrijving. Leden die dat nog niet doen, worden vriendelijk en dringend verzocht van deze voorziening gebruik te gaan maken. Ook hier is het weer lastig om achter leden aan te gaan schrijven wanneer achterstallige contributie blijft. Ook hier is dat weer extra werk voor de vrijwilligers die hun vrije tijd steken in het goede reilen van Jewel Heart.
Wij bidden en smeken daarom degenen die dat nog niet doen: schrijf automatisch over.

Leuke dingen.
Is er , na het bovenstaande, nog iets anders te melden uit het bestuur van Jewel Heart? Toch wel. Jewel Heart ging op het Net met een eigen site die te bezien is via: HTTP://HOME.WXS.NL/~JEWELHEART.NL. Mailen kan ook; het E-mailadres is: JEWELHEART.NL@WXS.NL.
Voorts besloot het bestuur tot de instelling van een Werkgroep Nederlandstalige uitgaven Gelek Rinpoche, die als eerste taak krijgt het opstellen van een werkplan met begroting ten behoeve van verdere besluitvorming in het bestuur.Het zoeken naar mogelijke nieuwe huisvesting voor Jewel Heart gaat onverminderd voort; er is nu een kerkelijk monument in the picture. En er is nog meer werk in voorbereiding. U zult daarover na de zomervakantie lezen in dit blad.

Peter Hoogveld



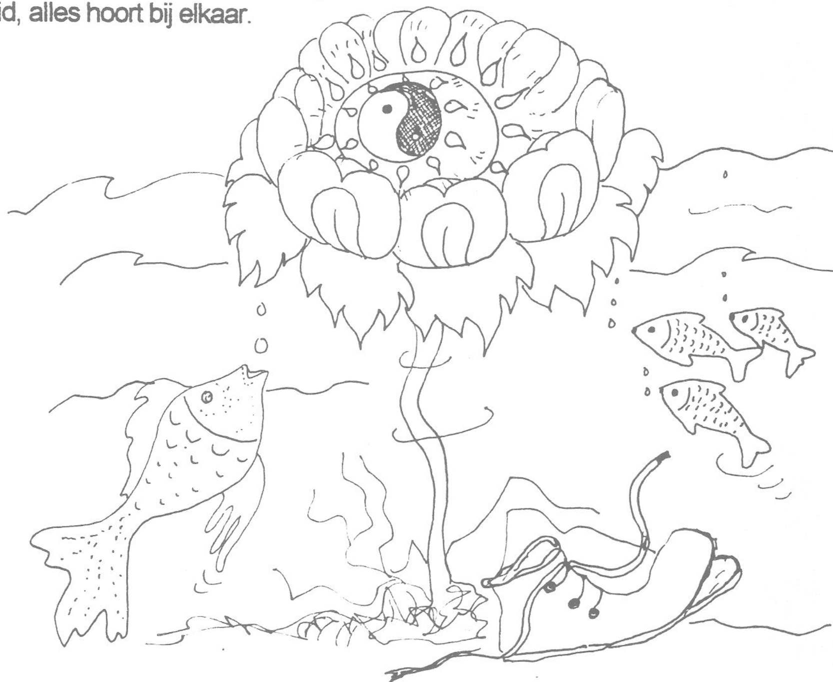
In het boeddhahuisje

KINDERPAGINA

Hallo kinderen!

Gelek Rinpoche, ook wel: meester Gelek, de leraar van Jewel Heart is al weer een paar weken weg. Ik zag dat hij in de korte tijd dat hij er was veel mensen blij maakte. Hij is geen gewone meester zoals op school, hij is meteen ook een soort vriend. Als je problemen hebt of iets niet snapt kan je altijd even met hem gaan praten en dan voel je je daarna veel beter.
Gelek Rinpoche is een heel gewoon mens, al lijkt hij met zijn rugzakje wel een beetje op een kabouter, vind ik. Maar hij weet heel bijzondere dingen en die leert hij aan iedereen van Jewel Heart die dat wil. Bijvoorbeeld wat je allemaal kunt doen als je boos of verdrietig bent. Eén ding dat je kunt doen is een soort toverspreuk zeggen: **OM MANI PADME HUM** (je zegt: oo maanie peemee hoeng). Je kunt hem 3x zeggen of je kunt hem zingen (vraag maar aan papa of mama).

- **OM** is het eerste woord waaruit alles ontstaat, zeg maar een soort ei waaruit de hele wereld komt. Als je OM zegt, zeg je: Hier ben ik en de hele wereld .
- **MANI** betekent juweel, en geen gewone diamant ofzo, maar een wensjuweel, waarmee je al je wensen vervullen kunt.Volgens Gelek Rinpochee hebben alle mensen , vaak diep in zichzelf verstopt, zo'n juweel, jij ook!
- **PADME** betekent lotus. Een lotus is een bloem, die lijkt op een waterlelie. De lotus zit met zijn wortels in de modder en het slijk. Hij haalt zijn eten uit de rotzooi en maakt er een hele mooie bloem van. Zo kunnen wij van alle nare dingen die we meemaken ook iets moois maken. Bijvoorbeeld als je erg gepest wordt dan ben je erg verdrietig. Maar ..je weet nu goed hoe rot pesten is en je wilt dat zelf dus niet meer doen. Je helpt juist liever iemand die gepest wordt. Dan heb jij dus vanuit de rotzooi een aardiger, mooier iemand van jezelf gemaakt.
- **HUM** betekent eenheid, alles hoort bij elkaar.



Als je nu boos of verdrietig bent en je zegt deze spreuk dan stel je je voor dat het nare waar je je rot van voelt, modder is en dat jij wortels maakt in de modder, groeit en een mooie bloem wordt, die wiegt op het water. En de bloem gaat open en daarbinnen zit een prachtig juweel die wensen vervult. Hij schittert en glanst in de zon. Jij bent de bloem en het juweel en je weet dat je alle wensen kunt vervullen, maar.... het moeten wensen zijn die voor iedereen goed zijn, niet alleen voor jezelf, want... alles hoort bijelkaar, je bent niet alleen op de wereld en toverkracht werkt niet als je het alleen voor jezelf wilt gebruiken.
Voor veel mensen werkt de spreuk. Soms moet je wel een tijd oefenen maar na een tijdje is in ieder geval je woede of verdriet een heel stuk minder. Echt waar!

Groetjes van Mariët.

Nog even iets anders: een *UITNODIGING...*
Zaterdagsmiddags 27 juni gaan we picknicken en kampvuur maken met de mensen van Jewel Heart. Komen jullie ook? Jullie kunnen de aanwijzingen van de Schatkaart van het Geheime Juweel volgen en misschien vinden jullie wel echt een schat?!!

Redactie: Karin Wilbrink, Marion Wierda, Paul Oud, Piet Soeters.
Oplage: 200
De Nieuwsbrief verschijnt 3x per jaar en is een uitgave van
Jewel Heart, Boeddhistische Studie en Meditatie,
Dommer van Poldersveldtweg 27a, 6521 NC Nijmegen.
Inlichtingen: ☎ 024.322.6985. E-mail: Jewelheart.nl@wxs.nl ,
Internet: Home.wxs.nl/~jewelheart.nl .
Postbank 5182484. Abonnement: ƒ 15 per jaar.
Jewel Heart houdt zich bezig met studie van en scholing in het mahayana boeddhisme. Organisatie zonder winstoogmerk.
Spiritueel leider: Gelek Rinpoche.

KINDEROPVANG

Zoals u heeft kunnen zien hebben we tijdens het afgelopen bezoek van Gelek Rinpoche de mogelijkheid voor kinderopvang geboden. Door dit initiatief kunnen ouders meer bij de lessen aanwezig zijn. Misschien omdat de organisatie van een en ander wat laat van de grond kwam, waren er maar weinig deelnemers.
Om tijdens het bezoek van Tarab Tulku (2 t/m 4 oktober a.s.) opnieuw deze mogelijkheid te kunnen bieden, en om nu niet alles op het laatste nippertje te hoeven regelen, vragen wij ouders die belangstelling hebben voor deze mogelijkheid nu alvast contact op te nemen met Ineke Vrolijk of Karin Wilbrink.

De kinderwerkgroep

JEWEL HEART
Dommer v. Poldersveldtweg 27a,
6521 NC NIJMEGEN

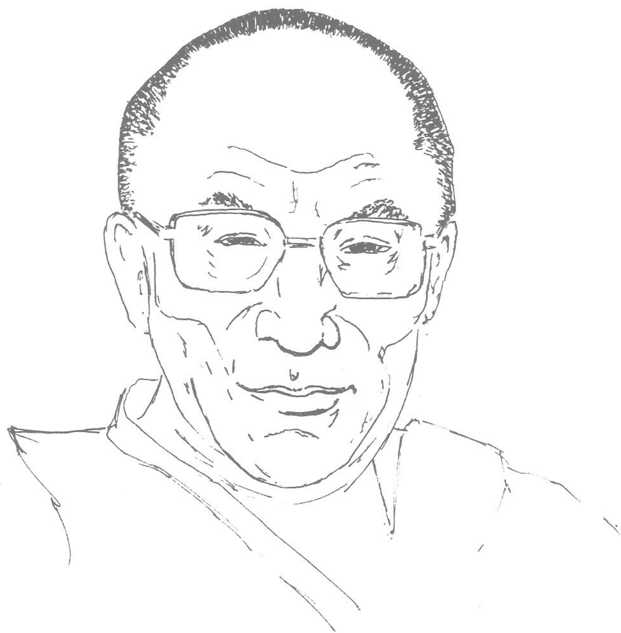
Jewel Heart  Nieuwsbrief

jaargang 8, nummer 3 November 1998

EEN GROOT GESCHENK

Vertalen voor de Dalai Lama

"Daar komt hij, daar komt hij aan!" fluisterden we tegen elkaar en gingen langs het gangpad in de coulissen staan. Achter ons vierkante meters vol kabels en geluidsapparatuur, naast ons de vertaalkabines van spaanplaat, en voor ons het enorme podium met de prachtige troon, de monniken en de lamas. Zevenduizend mensen in de tent waren zo goed als stil, alleen het tentdak klapperde in de wind. Veiligheidsmensen in lange zwarte jassen draafden voorbij met een gebogen geel-rode gestalte tussen hen in. De Dalai Lama zag ons staan en stopte. "Are you the translators?" vroeg hij vriendelijk en helder. We knikten ijverig van ja, en Fabrizio de italiaanse vertaler begon ons meteen voor te stellen. Heel even en heel doordringend keek hij ons één voor één aan en kneep in onze handen. Even snel als hij gekomen was verdween hij weer. Nerea de spaanse vertaalster zei wat ik zelf ook dacht: "Zo, hier kunnen we de hele week wel mee toe". De lessen waren begonnen.

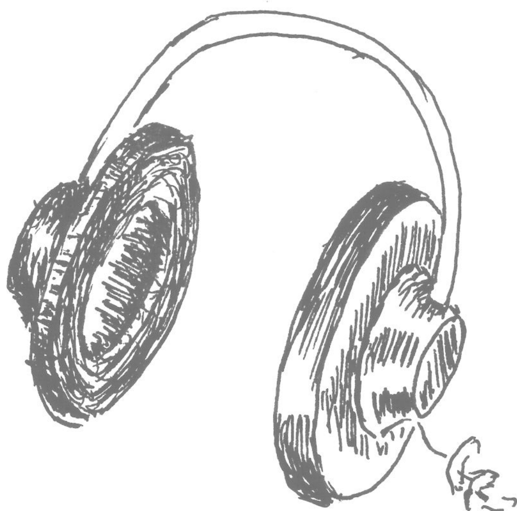


Tijdens het gebeuren leek alles zo vanzelfsprekend: erbij te zijn, mee te werken, met zo veel mensen en zo veel hoge leraren, zo lang achtereen en op zo'n afgelegen plek. Maar achteraf heeft het iets van een droom. In september werd ik volkomen onverwachts gebeld uit Duitsland door een juffrouw die vroeg of ik voor de Dalai Lama wilde komen vertalen, engels-nederlands, simultaan. Er kwamen veel nederlanders en de tibetaans-nederlandse vertalers die ze had gebeld konden of wilden het niet doen. Het was kort dag, ze zaten omhoog en waren getipt dat ik goed uit het engels kon vertalen, dus of ik ...? Verbazing en ongeloof, blijdschap en zenuwen, geregel en enthousiasme volgden elkaar in snel tempo op en ruim een week later was alles rond. Het mocht blijkbaar zo zijn, ik zou naar de Luneburger Heide in Duitsland gaan.

Ik vertaal nu bijna tien jaar de lessen van Gelek Rinpoche wanneer die in Nederland is, en van andere leraren die ons centrum bezoeken. Toen Helene van Hoorn, de oprichtster van Jewel Heart plotseling overleed, vroeg Rinpoche of ik het vertalen wilde overnemen. Ook toen was ik verbaasd, blij en heel erg zenuwachtig. Ik had nog nooit getolkt en stond niet graag voor een grote groep mensen. Maar, dacht ik, als Rinpoche denkt dat ik het kan, dan moet ik het op zijn minst proberen, het vertalen moet tenslotte doorgaan. Enfin, het ging goed en zodoende ben ik het blijven doen.

Gaandeweg is het vertalen steeds meer een manier geworden om het boeddhistische pad te gaan. Ik zou er bladzijden vol over kunnen schrijven, maar kan er ook heel kort over zijn. Als vertaler ben je te vergelijken met een radiotoestel. Je moet zorgen dat je de zender, dat wil zeggen de leraar en zijn boodschap zo zuiver mogelijk ontvangt en weergeeft. Daarvoor moet je je als het ware afstemmen op de juiste frequentie en zorgen dat er zo weinig mogelijk ruis en storing is van je eigen gedachten en gevoelens.
Vertalen is daarmee een oefening in concentratie, maar ook een vorm van guru yoga. Je probeert je eigen bewustzijn immers te verbinden, af te stemmen en uiteindelijk te verenigen met dat van de leraar. Als dat een beetje lukt kan het bijvoorbeeld gebeuren dat je toch vertaalt terwijl een leraar nauwelijks verstaanbaar spreekt, of dat je van tevoren al weet wat een leraar gaat zeggen. In het ideale geval, zo denk ik wel eens, zou je moeten kunnen vertalen terwijl de leraar lijfelijk niet eens aanwezig is.

Goed, dat klinkt allemaal prachtig, maar werkt het ook in een tent met duizenden mensen, vanuit een vertaalkabine met koptelefoon en monitor, zonder rechtsreeks contact met de leraar, alleen via radio's verbonden met het publiek? Dat was nog maar de vraag. Volgens Gelek Rinpoche, die ik om advies had gebeld, zou het wel lukken. Hoewel ik op hem en mijn eigen ervaring vertrouwde, had ik geen idee hoe het zou gaan.



De eerste dag werd ik veel te vroeg wakker, stijf van de zenuwen en niet meer in slaap te krijgen. Nu ben ik altijd zenuwachtig vlak van te voren, maar dit was vreselijk. Ik dacht aan Shantideva die zegt: als je aan een probleem wat kan doen, doe het dan en maak je geen zorgen; als je er niets aan kunt doen, doe dan niets en maak je ook geen zorgen. Daarop heb ik liggend in bed alles doorgenomen waar ik wel van afhankelijk was bij het vertalen, maar waar ik niets aan kon doen en me dus niet druk over hoefde te maken. Zouden de vertaalkabines wel klaar zijn (die waren de avond tevoren nog niet afgetimmerd), zou de apparatuur wel werken (die deed het nog niet de vorige dag), zou de tibetaans-engelse vertaler wel te verstaan zijn (die had ik nog nooit ontmoet), zou ik de hogere filosofie van de Dalai Lama wel snel genoeg kunnen volgen (zijn boeken zijn op je gemak al lastig te vertalen), zou, zou, zou ... Tegen de tijd dat ik hiermee klaar was ging de wekker.

Deze week was een historische gebeurtenis. Nog nooit had de Dalai Lama zo lang achtereen les gegeven in Europa en waren zo veel boeddhistische leraren en beoefenaars bij elkaar gekomen. Vrijwel alle grote centra waren vertegenwoordigd. Monniken uit uiteenlopende tradities zaten gezamenlijk aan de voeten van Zijne Heiligheid: vietnamees, chinees, tibetaans, zen enz enz. En natuurlijk waren veel van de grote meesters die in het westen lesgeven aanwezig, zowel bekenden (o.a. Dagpo Rinpoche, Dagyab Rinpoche, Geshela van het Maitreya Instituut) als grootheden van horen zeggen (ik kon niet alle namen onthouden). De bijeenkomst was een mijlpaal, want het liet zien dat het boeddhisme vaste grond onder de voeten heeft gekregen in Europa.

De vertalers waren in hetzelfde hotel ondergebracht als de monniken, lamas, geshes, en rinpoches. Het eerste ontbijt in de eetzaal was dan ook een bijzondere belevenis. Allemaal rood-geel of bruin gejurkte mannen, de meeste kaalgeschoren, iedereen druk in het tibetaans kletsend en lachend. Daar zat Dagpo Rinpoche aan een gekookt eitje, hier zat Geshela met een kop thee, even verder zaten enkele oude lamas die we niet kenden maar die veel ontzag inboezemden... Wanneer ik één lama zie, kan ik die met een kleine buiging en de handen op het hart begroeten, maar zoveel tezamen daar is geen beginnen aan. We gaven het op en hebben eenvoudigweg iedereen die we tegenkwamen vriendelijk lachend toegeknikt. Je weet maar nooit of het een hoog gerealiseerd iemand is en bovendien hebben we allemaal de Boeddha-natuur.

Een touringcar bracht ons dagelijks van het hotel naar het tentenkamp waar de lessen werden gegeven en terug. Hobbelen over de heide in een bus vol monniken en lamas - het was net een lachfilm! Het tentenkamp was enorm groot; ze hadden een soort RAI uit de grond gestampt op een voormalig militair oefenterrein. Behalve de grote tent (circa 2 voetbalvelden groot) waar de lessen werden gegeven en waar tienduizend mensen in konden, waren er een catering- en eettent, een info hal, een bazar met stands van handelaren en boeddhistische organisaties, een kinderopvang, een kleine supermarkt, een pers tent, een VIP lounge, de nodige WC hokken en nog een heleboel ruimten voor de organisatie, de beveiliging en de technische installaties. Al deze tenten waren bereikbaar via een asfaltweggetje, de zogenaamde 'Dalai Lama Allee', vaste grond onder de voeten tussen de glibberige blubber. De plaatselijke bevolking hielp mee om het verkeer te regelen, want zoals één van hen op de duitse TV opmerkte: "Die mensen zoeken de verlichting, maar ze kunnen de parkeerplaats niet eens vinden".

Weken heeft men gewerkt om het tentenkamp op te zetten, waarvan de laatste dagen dag en nacht. Karola, een duitse boeddhistische non is in totaal drie jaar bezig geweest met de voorbereidingen van het bezoek van Zijne Heiligheid. Hoewel het weer tegen zat (voortdurend regen en storm) liep de organisatie gesmeerd; er zijn voorzover mij bekend geen grote problemen geweest. Ondanks het feit dat duizenden mensen een week lang zo dicht op elkaar hebben gezeten, en ondanks het feit dat de aanwezigheid van de Dalai Lama strenge veiligheidsmaatregelen vereiste. Zo werd iedereen gefouilleerd voor hij of zij de grote tent binnen mocht, ook als je alleen even was wezen plassen, ook de mensen van de organisatie en ook alle monniken en lamas. Een pasje was een eerste levensbehoefte, zonder het juiste pasje kwam je nergens in. Of zoals Marita, de teamleidster

van de vertalers zei: "Mit ein Pass geht alles in Deutschland".

Terug naar het vertalen. Al mijn zorgen bleken ongegrond. De vertaalkabines waren klaar, de apparatuur werkte en de engelse vertaler was uitstekend te volgen. Ik had een foto van Gelek Rinpoche in mijn kabine neergezet waar ik af en toe naar keek. Dan was het alsof hij naar me knipoogte en zei: "Maak je niet zo druk, je kunt het en je doet het gewoon!".
Simultaan vertalen bleek achteraf niet nodig; ik kon ook na de Dalai Lama vertalen tegelijk met de duitse vertaling. Omdat de engelse vertaling enigszins samenvattend was (en mijn nederlanse dus ook) en de duitse vertaling erg uitgebreid en precies, besloot ik simultaan het engels te blijven vertalen. Zo konden de luisteraars beide vertalingen beluisteren.
De lessen werden naar negen talen vertaald, zowel rechtstreeks vanuit het tibetaans (engelse, duitse, franse en italiaanse vertaling) als indirect vanuit het engels (vietnamese, spaanse, poolse, russische en nederlandse vertaling). Het publiek kon de vertalingen volgen met behulp van koptelefoons en ontvangers.

Toen de zenuwen eenmaal weg waren, begon ik er steeds meer plezier in te krijgen. Bij simultaan vertalen kun je beter nog dan bij opeenvolgend vertalen meegaan in de beweging van de lessen, de uitdrukkingskracht van de leraar. Zo wilde ik het altijd wel doen! De beste momenten waren dan ook die waarop de Dalai Lama in het engels in plaats van het tibetaans lesgaf.

De andere vertalers waren stuk voor stuk bijzonder aardige mensen, ervaren in hun vak en in het boeddhisme. Geen vruchteloze discussies over het gelijk van de eigen vertaling, iedereen ging enthousiast en vol waardering met elkaar om.
Christoph, de duitse vertaler, had bijna twintig jaar als monnik in het boeddhistische centrum in Hamburg gewoond. Sinds een paar jaar was hij weer leek, omdat hij verliefd was geworden (zo zei men in de wandelgang).
Matthieu, de franse vertaler, ook al ongeveer twintig jaar monnik, had jarenlang met grote leraren rondgereisd. Van hem is een schitterend fotoboek verschenen over Dilgo Khyentse Rinpoche en een boek over gesprekken met zijn vader, een vooraanstaand frans filosoof ("De monnik en de filosoof", uitg. Asoka). Zijn lichte, humorvolle manier om met de Dharma om te gaan was erg inspirerend. Toen ik hem vroeg of het ook moeilijk is om monnik te zijn, zei hij: "Welnee, ik heb hiervoor gekozen, dit biedt mij de mogelijkheid om te doen wat ik belangrijk vind". Bij het woord Sangha zal ik voortaan vooral aan hem denken.
Nerea, de spaanse vertaalster, had juist een half jaar geleden haar baan als manager opgezegd om een zevenjarige opleiding in het boeddhisme te volgen in Italie. Met haar heb ik veel gelachen – een onmisbaar onderdeel van zo'n week.

Lhakdor, de engelse vertaler, was een tibetaanse monnik; hij vertaalde regelmatig lessen van de Dalai Lama in India en elders. Hij was heel gelijkmoedig; zijn rustige stem door mijn koptelefoon was een rustpunt tijdens de lessen. Zelfs toen hij de hik kreeg gingen zijn vertalingen onverstoorbaar (en onverstaanbaar) door.
Fabrizio, de italiaanse vertaler, voorheen 14 jaar monnik, nu als leek rondreizend met Ribur Rinpoche, was een wonderlijke mengeling van toewijding en zuidelijk temperament. Zoals veel italianen mocht hij graag sterke verhalen vertellen ("I go to Amsterdam to blow my brains out!") en sprak hij beweeglijk. Eén van de veilgheidsmensen die bij ons in de coulissen stonden, vertelde eens hoe wij hadden zitten vertalen. De één zat in elkaar gedoken van de kou, een ander rustig de mala aftellend, en Fabrizio, Fabrizio zat te gebaren alsof hij aerobics deed.
Dan waren er nog de twee russische vertaalsters, wiens namen ik nooit goed heb meegekregen. Bleek en bedeesd zaten zij samen te vertalen voor de zestig russen die met een bus in 36 uur naar Schneverdingen waren gereden. De vietnamese vertaler was een monnik, een beetje verlegen en altijd opgewekt; hij had er zichtbaar plezier in om dit alles mee te maken net als wij allemaal. Tenslotte kwam er na een dag nog een poolse vertaler bij op verzoek van de poolse deelnemers. Hij was onvoorbereid, had nog nooit Dharma lessen vertaald en kreeg het af en toe zwaar te verduren; een unieke kans, maar niet de makkelijkste manier om ermee te beginnen.
Allemaal vertalers, allemaal verbonden met het boeddhisme, en allemaal gelukkig dat we mochten doen wat we het liefste doen: het bestuderen en doorgeven van de Dharma.



En hoe waren de lessen, wat heeft de Dalai Lama nou verteld? Na-vertellen gaat natuurlijk niet; daarvoor heb ik de tapes meegenomen (op aanvraag beschikbaar voor Jewel Heart leden). Samenvattend zou ik zeggen dat zijn lessen vertrouwd waren en toch uniek. De Dalai Lama behandelde de lamrim aan de hand van de teksten "Song of Inner Experience" en "De Drie Hoofdzaken van het Pad naar Ver-

lichting" van Tsong Khapa. De opzet en de voorbeelden waren traditioneel, vanuit dezelfde overdrachtslijn als bij Gelek Rinpoche en in die zin vertrouwd. Uniek was dat hij zo veel dwarsverbanden legde tussen de verschillende stappen, en dat hij overal de 4 edele waarheden, de twaalf schakels en de leegte bij betrok. Zijn lessen waren kortom een toonbeeld van onderling afhankelijk bestaan. Hij deed mij beseffen hoe ontzettend veel er nog te leren en te realiseren is, maar gaf ook het vertrouwen dat het mogelijk is en maakte enthousiast om er aan te beginnen.

De week werd afgesloten met een initiatie van de duizend-armige Avalokiteshvara. Gedurende de laatste dagen hadden vier monniken reeds een zandmandala gemaakt in het mandalahuisje naast de troon op het podium. Monnikenwerk met een adembenemend resultaat, dat aan het einde van de week weer werd vernietigd; een rake les in vergankelijkheid. Ik verwachtte een kort ritueel als zegen voor de vele aanwezigen. Het bleek een uitgebreide en buitengewoon krachtige Kriya tantra initiatie te zijn. Na afloop volgde een lama chopa puja voor een lang leven van de Dalai Lama. De trommels roffelden, en de monniken bromden, lamas zetten hun traditionele maanvormige hoeden op, en Zijne Heiligheid zat als Tsong Khapa met een gele puntmuts op zijn troon. Het was een levend veld van toevlucht voor de duizenden aanwezigen op zoek naar een veilige levensweg.

Voor de vertalers zat het werk er nu op. De organisatoren zouden na de puja het podium op gaan om de Dalai Lama een kata aan te bieden, en wij mochten dat na hen doen. Daar stonden we dan te wachten voor in de grote tent, een beetje onwennig buiten de vertrouwde vertaalkabines. We kregen een teken en liepen één voor één naar voren, het veld van toevlucht binnen. Wat een licht, wat een ruimte, wat een mensen! Ik gaf mijn kata aan de monnik naast de troon als dank voor de lessen, de aanwezigheid en het bestaan van de Dalai Lama. Ik kreeg een kata van een andere monnik als dank voor mijn bijdrage aan dit gebeuren. Toen keek ik omhoog, recht in het gezicht van de Dalai Lama. Helder en vriendelijk keek hij terug en vroeg of ik misschien de russische vertaalster was. De nederlandse, legde ik uit, waarop hij zei: "Very good!". Gewone woorden van een buitengewoon mens; het voelde alsof ik in een enorm krachtveld stond. Alle vertalers stonden inmiddels op het podium, het publiek wilde hen graag zien. Tienduizend paar ogen keken ons aan en tienduizend paar handen applaudiseerden. Wat een kracht gaat er uit van zoveel mensen! Doen wat je het liefste doet, daarmee iets goeds betekenen voor anderen, en er waardering voor krijgen - het komt op zo'n moment allemaal bij elkaar. Dan komt er iets los wat je niet meer kunt stoppen. Vertalen voor de Dalai Lama, het was een groot geschenk om het te mogen doen.

Marion Wierda

MARIANNE LEGT DE HUISHOUDSCEPTER NEER



Wanneer ze ermee begon, weet ik niet meer precies, maar ineens was ze er en hoe! Ze vond dat Len Kosse van haar steeds omvangrijker wordende huishoudelijke werkzaamheden moest worden verlost. Het was haar eigen initiatief; het kwam kordaat en zeer beslist en het bleek ook meteen een schot in de roos. Marianne Mattijsen was zonder meer de juiste vrouw op de juiste plaats. Als oud-stafverpleegkundige ligt dit geregel haar wel, het opzetten van roosters waarbij mensen en taken zorgvuldig worden ingedeeld. De aanvoer van koffie, suiker, melk, thee en koekjes w.c.-papier en schoonmaakmiddelen, stokte nimmer. Er werd steeds zeer prijsbewust ingekocht. Sinterklaas en Kerst kregen vanaf nu hun eigen koekje. Ze zette de allereerste gesmeerd functionerende werkgroep op: de werkgroep huishoudelijke dienst. De verzorging van mensen en ruimten bij gelegenheid van bezoekende leraren werden immer perfect en tijdig in schema gezet. Helaas laten omstandigheden het niet meer toe dat ze haar taak voortzet. Maar jawel, ook bij haar vertrek heeft ze alles weer punctueel geregeld: er ligt een 'boekwerk' waarin alle huishoudelijke taken omschreven zijn zodat die naadloos kunnen worden overgedragen aan haar opvolger, Piet Ziere.
Marianne, we zijn jou ontzaglijk erkentelijk! Je hebt iets op poten gezet en de juiste lijnen uitgezet. Namens heel Jewel Heart, dank je!

Piet Soeters

HET VERHAAL VAN JEWEL HEART 3 – HOOG BEZOEK

De eerste prille jaren van ons bestaan als boeddhistische studiegroep rondom Gelek Rinpoche waren en bleven we in willekeurige samenstelling niet groter dan 12 à 14 mensen. (De groei kwam erin eind 1989 toen naast de Lam Rim groep ook een inscholingsgroep werd geformeerd door Hélène van Hoorn.)
De eerste twee jaar werden we verwend met Rinpoche's bezoek zowel in voor- als najaar. Vanwege zijn vluchteling-status moest er heel wat geregeld worden op het gebied van inreispapieren en borgstelling.
Gelek Rinpoche gaf dit handjevol mensen wel erg veel krediet gezien de grote leraren die wij door zijn bemiddeling hier mochten ontvangen. Nadat Dr. Alex Berzin ons op 25 september 1986 in Molenhoek een uitstekende en heldere uiteenzetting had gegeven van de betekenis van visualiseren en de symbolen in Tantra – naar aanleiding van de initiatie in de 1000-armige Avalokiteshvara welke Rinpoche ons inmiddels gegeven had – stelde Rinpoche ons het bezoek van Denma Lochö Rinpoche in het vooruitzicht, een leraar aan de Loseling faculteit van de kloosteruniversiteit Drepung (en auteur van Meditative States in Tibetan Buddhism, Wisdom Publ. 1983). Nooit van gehoord, dus wij geheel argeloos. Ja, er werd rondverteld dat hij zowel Gelek Rinpoche als de Dalai Lama, en vele anderen, o.a. Dagyab Rinpoche, onderricht had.
Twee confraters, een monnik en een vertaler, zouden in zijn gevolg meekomen. Wij hadden geen rooie cent. Hélène was de enige die wist om wat voor Boeddhistische VIP het ging en maakte zich zorgen over de ontvangst en de donatie. Geld voor een hotel was er al helemaal niet. De heren werden dus voor acht dagen ondergebracht bij de moeder van Hélène aan de Rijksweg te Malden. Zulke eigenaardige gasten had ze nog nimmer ontvangen. Van die zwijgzame monniken die de gehele dag op hun kille kamertje bleven. Denma Lochö Rinpoche in lotus-zit praktiserend op het bed, een deken om zich heen. Alleen 's avonds als er niets anders te doen was, kwam het zwijgzame gezelschap onder om zich voor de t.v. te verpozen.
Een drietal mensen van het bestuur verzorgde het gehele program. Een program dat qua omvang en bezoekersaantallen niet onderdoet voor anno nu, terwijl we inmiddels van twaalf naar een honderdtal mensen zijn uitgegroeid. Het werd een gedenkwaardig bezoek. In Gennep ontving de studiegroep in de huiskamer een weekend lang onderricht over: de persoon - reïncarnatie - karma. Zeer gestructureerd en diepzinnig.
Daarna werden Denma Lochö Rinpoche en zijn metgezellen in de vrieskou (tot -20°) rondgereden voor lezingen in Amsterdam (Kosmos), Tilburg (Theologische Faculteit van de KUB) en Utrecht (De Wijze Kater). In Utrecht moesten we het genadeloos afleggen tegen Koning Winter. Er zat een heel gezelschap, dat de winterse omstandigheden had getrotseerd, te wachten op een uiteenzetting over Karma. Dat wachten zou een vol uur gaan duren en nòg ging het gezelschap 's avonds na afloop tevreden huiswaarts. Wat was de oorzaak van de vertraging? De dieselbrandstof van Ed Houppermans was tegen deze kou niet opgewassen en werd stroop. Denma Lochö Rinpoche bleef hoogst onverstoorbaar, liet de kralen van de mala zonder ophouden door de vingers glijden en liet het over aan Ed, de weergoden en de hulpdiensten. Die avond werden we door de media gewaarschuwd metaal niet aan te raken wegens kans op vastvriezen. De temperatuur in de kar daalde schrikbarend, maar de heren waren blijkbaar Spartaanse omstandigheden gewend.
Wat ondermeer bleef hangen van deze avond was, dat als je in je spiegel een lelijk tronie zag, dat je in je vorige leven(s) geestelijk ook een lelijkerd geweest moest zijn. Deze wetenschap vond ik niet zinvol. Werd je hiermee een spirituele determinatie-tabel uitgereikt om jezelf en liever nog je buurman of buurvrouw te kunnen "inschatten"? Een leraar vertelde later Marianne hierover: zoals jij het hebt verstaan en zoals Denma Lochö Rinpoche het heeft bedoeld is niet hetzelfde. Terugrijdend kregen we wéér autopech! Ons karma was kennelijk nog lang niet uitgeput.
De vierdaagse in het P.M.V. te Nijmegen werd door bijna tachtig mensen bezocht. Wij waren als studieclub stevig in de minderheid. 'De twaalf schakels van afhankelijk ontstaan' was het onderwerp. Denma Lochö Rinpoche gaf traditioneel, compact, helder en zeer goed onderricht. (JH-transcript: The Wheel of Existence). Elio, een vriendelijke Italiaan, vertaalde uit het Tibetaans naar het Engels en Hélène vervolgens naar het Nederlands. Bij de behandeling van de zes bestaanwerelden passeerden allerlei helse toestanden de revue. Toen we allen in mijn auto zaten vroeg Elio: "Wat versta jij onder 'hellen'?" "Zeker geen plaatsen ergens in het universum, maar 'states of mind'. Hij knikte zonder commentaar. Wie zwijgt stemt toe, denk ik dan maar.
Tijdens die lessen in Nijmegen kwam er telefoon uit India. Denma Lochö Rinpoche werd benoemd tot abt van het klooster van de Dalai Lama; er werd hem gevraagd of hij de benoeming wilde aanvaarden. Toen kregen wij iets meer in de gaten welk kaliber leraar we in ons midden hadden. Iemand van een centrum in Nederland waar regelmatig leraren worden uitgenodigd, zei me eens: " Jullie ontvangen niet zo vaak leraren, maar als jullie leraren ontvangen dan zijn het meteen van die hoge, die wij graag zouden ontvangen maar niet kunnen krijgen"
Deze leraren, zoals Dagyab Rinpoche (geeft eind november les in de buurt van Bonn, zie elders), Panglung Rinpoche en Tarab Tulku konden we en kunnen we alleen ontvangen door onze band met Gelek Rinpoche en daarmee horen we ons wel erg verwend te voelen.
Hélène maakte zich als enige zwaar zorgen over de donatie die we zulk een leraar meegeven. Ze vond het beslist te weinig. Ze zei tegen Marianne Soeters: "Ik weet niet of ik Lochö Rinpoche daarmee naar India kan laten vertrekken. Ik heb nog achthonderd gulden op mijn bankrekening; ik denk erover om hem dat maar mee te geven. Geen werk, levend van een uitkering, maar haar centjes haalde ze van haar rekening. Ook dat hoorde bij haar investeren in de toekomst van het boeddhisme in ons landje. (wordt vervolgd)

Piet Soeters

BEZOEK TARAB TULKU



Lessen volgen van Tarab Tulku valt in eerste instantie niet mee. Het spreken gaat wat moeizaam en het vraagt nogal wat concentratie. Het is dan een geluk dat er zo goed wordt vertaald. Als je met hulp hiervan de hobbel kunt nemen en tot je door kunt laten dringen waar het over gaat dan wordt je verrast door weer een geheel andere invalshoek. Tarab Tulku liet ons ervaringsmatig voelen hoe we kunnen leren dichter bij onszelf, d.w.z. onze diepere zijns-basis, te komen. Meditatie sluit ons niet op in onszelf, maar schept ruimte, geeft ons de mogelijkheid ons positief open te stellen naar de wereld. Veel mensen voelden zich thuis in het Jewel-Heartgezelschap en spraken dat nog even uit bij het afscheid. Iedereen heeft uit deze waardevolle lessen wat mee kunnen nemen.
Welk onderwerp Tarab Tulku ook behandelt, hij stipt steeds weer de leegte aan. Gelek Rinpoche heeft grote waardering voor het inzicht van Tarab Tulku op het terrein van Abidharma en de leegte. In het najaar van 1999 zal Tarab Tulku ons weer bezoeken. Het zal dan gaan over Zelf en zelfloosheid. Wij kijken ernaar uit.

Piet Soeters

NIEUWE BOEKEN!

Afgelopen voorjaar zijn er weer nieuwe boeken gekocht voor de bibliotheek. Hieronder vind je een lijst met de nieuw aangeschafte werken. Deze boeken staan nog niet allemaal in de kast omdat ze eerst ingewerkt en gekaft moeten worden. Voor dit laatste is de bibliotheek op zoek naar mensen die mee willen helpen. Denk je slechts tijd te hebben om maar een paar boeken in te kaften ook dan is deze hulp al zeer welkom. Je kunt je voor het kaften richten tot Carla vd Weyer of Anton Scheltinga.
Dan is het nu tijd voor wat toornige opmerkingen à la Vajrapani: Willen mensen die boeken al langere tijd in huis hebben deze terugbrengen naar de bibliotheek! De maximale uitleen termijn is namelijk één maand zodat andere mensen ook aan lezen kunnen toekomen. Wil je een boek toch langer in huis houden verleng je uitleen termijn op het kaartje in de bibliotheek dan even.
Over uitleenkaartjes gesproken. Als je een boek leent wil je dan je initialen duidelijk op het kaartje zetten en daarbij ook de uitleen datum vermelden. Doe je dit niet dan hebben wij van de bibliotheek geen overzicht over waar de uitgeleende boeken zich bevinden en hoe lang ze daar al zijn. Raadpleeg in geval van twijfel over wat te doen bij het lenen van een boek de uitleg aan de zijkant van de boekenkast. En dan nu de nieuwe boeken:

*Atisha & Tsenshap Serkong Rinpochee, Een lamp voor het pad naar de verlichting.

*Batchelor, Stephen, Het geloof in de twijfel, Glimpen van boeddhistische verwondering.

*Cozort, Daniel, Highest Yoga tantra.

*Dalai Lama, Koncentratie en mededogen, Toespraken en lezingen in Nederland.

*Dalai Lama, The path to enlightenment.

*Dalai Lama, Het goede hart, Het nieuwe testament in een boeddhistisch pespectief.

*Dalai Lama, the Fourteenth, Tenzin Gyatso, Universal responsibility and the good heart.

*Dalai Lama, A Flash of lightning in the dark of the night, A guide to the Bodhisattva's way of life.

*Dudjom Rinpoche, Perfect Conduct, Ascertaining the three vows.

*Frye, Stanley, Sutra of the wise and the foolish.

*Maitreya, Arya & Asanga, Acarya, The Changeless Nature, Mahayanauttaratantrasastra.

*Nyanaponika, Het hart van boeddhistische meditatie.

*Rinbochay, Lati & Lochö Rinbochay, Denma, Translations by Leah Zahler & Jeffrey Hopkins, Meditative states in Tibetan Buddhism.

*Saddhatissa, Hammalawa, Buddhist ethics.

*Sivaraksa, Sulak, Zaden van vrede, Een boeddhistische visie op maatschappijvernieuwing.

*Tarthang Tulku, Vaardig handelen, werken als bron van inspiratie en creativiteit.

*Tharchin, Sermey Khensur Lobsang, Sublime path to Kechara Paradise.

Veel plezier met lezen!

Carla vd Weyer, Carel Weevers, Anton Scheltinga.

DE WERELD IS GROOT

Een reisverslag uit India - slot

Tja, en toen was ik dan weer in Delhi, het hol van Yama. De combinatie van Delhi zoals het toch al is en de temperatuur van meer dan 40 graden celsius zorgde er voor dat ik niet te veel deed. Ik moest wat visa regelen voor de terugreis (die over land ging) en iedere dag ging ik op zoek naar een plek waar ik tweeliter flessen water (dat scheelde lege-flessen-afval) kon kopen om te zorgen voor het noodzakelijke vocht om te transpireren (een litertje of 6 per dag). In het park verdeed ik de rest van mijn tijd, tot ik weer honger had, en ik moet zeggen dat naar vier maanden India de smaak van een echte pizza toch wel veel lekkerder is dan die welke je in Nederland iedere dag kan kopen.

Na iets meer dan een week kwam Marianne Mathijssen aan om gezamenlijk naar Nepal te reizen. Omdat de bus pas enkele dagen later vertrok, werd het vliegen naar Kathmandu.

Kathmandu is door de aard van de bevolking en de niet al te grote verkeersstroom een aardig oord om te vertoeven. Nadat Marianne een paar dagen weinig had gedaan vanwege maag-darmproblemen, moest ik in het hotel blijven met aambeien. Die aambeien brachten me, mede op aanraden van Marianne, bij de dokter. 'Ga toch maar even bij het ziekenhuis informeren wat zij eraan kunnen doen, want deze gaan niet vanzelf weg', was de mededeling. Dus wij naar het ziekenhuis. Opereren of naar huis, was daar de conclusie. Nou, naar huis wilde ik nog niet, en ik vermoedde Marianne ook niet.

Het kostte me enige moeite om rustig te overwegen wat er gaande was en een adequate beslissing te nemen (een echte zinnige keuze was er eerlijk gezegd niet). Of ik me dan maar even bij twee loketten wilde melde, ondanks het feit dat mijn lijf niet echt enthousiast was over in de rij staan. Het tweede loket was niet zo druk en bleek al snel de incheckbalie te zijn. De dokter had al gezegd dat ik de volgende dag geopereerd kon worden, maar dat ik dus niet meer op en neer zou gaan naar het hotel drong op dat moment pas tot me door.

Enfin, de volgende ochtend werd ik opgehaald voor de operatie. Of het nu kwam door de pijn en het ongemak of door mijn innerlijke rust weet ik niet, maar ik maakte me nergens druk over en was vooral vervuld van een soort nieuwsgierigheid naar alles wat er aan me voorbij trok. Marianne had gelukkig al snel iemand gevonden die haar door Kathmandu van het ene avontuur in het andere hielp. Zondagmiddag was ik terug in het hotel en aan het eind van de week liep ik weer volop rond te rennen.

Na Nepal, getekend door lichamelijke ongemakken, gingen wij op weg naar Ladakh. Op het vliegveld bij de douane kregen wij een aardige verrassing. Bij het herhaaldelijk verzetten van onze vlucht naar Delhi waren wij helemaal vergeten dat wij een visum hadden voor 14 dagen, en niet voor de drie weken die wij er al waren...

Ladakh: een onbeschrijfelijk landschap van droge bergen met een weinig groen langs een enkel bergriviertje. Onherbergzaam en toch wonen overal mensen. Dat wil zeggen aan de rand van het schaarse groen hebben ze grote huizen neergezet, waar families soms tot 8 maanden per jaar van de buitenwereld afgesloten leven. De hoofdstad Leh wordt bewoond door slechts circa 8000 mensen, die overwegend Boeddhistisch zijn. Ook al zijn er ook aardig wat Islamieten, de cultuur is doorspekt van het Boeddhisme. Zo is je geduld verliezen het ergste wat je kan doen; een Ladakhi zal je zeer zelden kwaad zien. Conflicten hebben ze weinig, ze zijn er van doordrongen dat ze samen moeten leven en dat diegene die iets doet wat je niet zo leuk vindt daar vast een goede reden voor heeft.

Wat ook heel wonderlijk is, is hun gastvrijheid. Ik was voor tien dagen alleen op pad gegaan voor een trekking. De tweede dag kreeg ik te maken met sneeuwval en heb ik aangeklopt bij het laatste huis voor een pas die ik over wilde. Ik vroeg, hangende over de halve deur naar de binnenplaats, de vrouw des huizes of ik daar even uit kon rusten. 'Natuurlijk, ga maar naar binnen'. Binnen in de hal kwam er een jongen de trap af. 'Oh kom je hier uitrusten, ga maar verder'. Hij ging de trap op en ik dacht dat hij me de



weg zou wijzen. 'Nee, niet hierheen,...naar binnen'. In de grote leefkeuken zaten in de hoek op de matrassen twee oude mannen. De oudste die naast de kachel (die hij voor de miauwende kat open maakte, zodat ie lekker warm kon liggen) zijn gebedsmolen zat te draaien riep me meteen toe: "Welcome my guest" (het enige engels dat hij sprak). De andere keek even op en ging verder met zijn naaiwerk. Ik ging zitten en kreeg toen de jongen en de vrouw naar binnen kwamen boterthee en later te eten. Het

was bijna alsof ik daar altijd al was geweest, ik maakte deel uit van het geheel dat onverstoord verder ging. Ik ben er ook nog blijven slapen, in het gastenverblijf grenzend aan de binnenplaats op de bovenste verdieping, waar ook de huistempel aan grenst.
Heel bijzonder was het om in zo'n Boeddhistische cultuur een bezoek van Zijne Heiligheid de Dalai Lama mee te maken. Alles gaat er niet op zijn kop van staan, maar het heeft wel een zeer grote invloed. Mensen komen dagen van tevoren al van heinde en ver, met bussen of lopend (voor meerdere dagen). De weg van het vliegveld naar Zijne Heiligheid's huis in Choglamsar (voor hem gebouwd door de Ladakhi en Tibetanen) werd voorzien van een gigantisch aantal erebogen; ieder bedrijf, instituut (Christelijk, Islamitisch, Boeddhistisch) of school en veel privé-personen hadden hun eigen boog opgericht. De mensen luisterden naar de plaatselijke radio om het uiteindelijke programma te horen. Hoe laat komt de Dalai Lama aan, geeft publiekelijk les en zo ja, wanneer en waar?
De Ladakhi waren verzocht om in hun traditionele kleding te verschijnen met khata. Zelfs Otsal die de voorkeur gaf om in T-shirt en losse bedrukte katoenen broek te lopen stak zichzelf in de Ladakhi jas (lijkt op een Tibetaanse, alleen gebruiken ze beiden mouwen). Verschillende van de vrouwen waren getooid met het Ladakhi hoofddeksel vol turkooizen en omhangen met alle daartoe behorende ornamenten. Sonam, de gids van Marianne, hield één zo'n wonderlijk uitgedoste vrouw aan om Marianne de mogelijkheid te geven het van dichtbij te bekijken en bevoelen. De vrouw onderging het met de voor Ladakhi (en Tibetanen) zo typerende verlegen enigszins kinderlijke glimlach. Nagenoeg alle, zowel Boeddhistische als Islamitische Ladakhi stonden langs de weg met khata in aanslag. En uiteraard ontbraken de westerse toeristen in hun reistenue niet temidden van de feestelijke massa. Zowel schoolkinderen als groepjes vrouwen stonden in rijen met bloemen in hun handen. In de 'ovens' langs de kant rookte grote hoeveelheden jeneverbestakjes. En toen was het zover een stoet auto's, met ergens in de rij, zwaaiend achter een voorruit, zoef..., Zijne Heiligheid de Dalai Lama. Lastig voor de foto, maar de Dalai Lama was in Ladakh. En wat kan je dan nog gebeuren?
Voor de publieke lessen gingen wij met de familie van het guesthouse (Sonam, Amala, Otsal, Dechen en in Leh pikte we de vader van Amala nog op)naar Choglamsar waar de Dalai Lama op zijn grasveld tienduizenden mensen ontving. Voor de westerse toeristen hadden ze een plek gecreëerd naast het podium, we werden bijna behandeld als monniken, en er was een vertaling in het Engels op hetzelfde moment dat er in Ladakhi vertaald werd voor de menigte. Een groot verschil tussen westerlingen en Ladakhi was dat als een westerling het niet meer zo interessant vond hij/zij opstapte, terwijl zelfs de Ladakhi die achteraan bij de weg zaten (waar het geluid van de luidsprekers niet voldoende hoorbaar was) tot het eind bleven, 's middags op de radio hoorde ze dan wel wat de Dalai Lama gezegd had.
Wat bij dit alles ongetwijfeld een rol speelt, is dat wij de Dalai Lama vooral zien als de persoon van Tenzin Gyatso, terwijl voor hen de Dalai Lama een begrip is. Net zoals Sinterklaas is de Dalai Lama niet afhankelijk van de persoon die hem vertegenwoordigt om Dalai Lama te zijn; Sinterklaas is Sinterklaas, de Dalai Lama is de Dalai Lama (ik wil hier overigens niet Zijne Heiligheid vergelijken met Sinterklaas, ook al is die strikt genomen ook een heilige; het gaat om de vergelijking persoon/begrip).
Op 1 juli verliet ik Leh per bus voor de eerste 450 km (dit was nog spannend want het plaatsje waar halverwege de rit overnacht werd, was beschoten vanuit Pakistan de dag ervoor). Dat is door de bergen 2 x 12 uur. Adembenemend, vooral de overgang van Ladakh naar Kashmir; één pas maakt onderscheid tussen een droge, rustige, bijna serene wereld en een groene, gigantisch levendige wereld.
Na dertig dagen, waarvan ik er 15 in bussen en treinen heb doorgebracht, was ik dan terug in Noord-Duitsland bij mijn zus. Van tevoren had ik het idee gehad dat ik door deze reis 'een plaatje' kon krijgen van waar India ligt ten opzichte van Nederland. Halverwege kon ik me echter al niet meer goed voorstellen waar ik vandaan kwam, het is zo'n gigantische afstand met zo veel verschillen. De veranderingen gaan dan ook schoksgewijs: wat in het ene land wel is, is er in het volgende land niet meer. De wereld is niet klein, de wereld is groot, heel groot.

Robert Keurntjes

IN MEMORIAM LOIS

Het zal zowat in 1989 geweest zijn dat Lois Smolders in de toenmalige Inscholingsgroep van Len Kosse zat. Net als wij allen oprecht zoekend. Een open hart, een open deur. We ervoeren dat met name tijdens de eerste afsluitdag, ik denk in 1990, gehouden in de Ooy, bij Lois en zijn vriendin Bea, in een ongedwongen en hartelijke sfeer, in het groene gras en met de paarden.
Daarna zijn ze met de kinderen en de paarden naar het noordoosten getrokken en ging het contact met de 'club' verloren. Toen een jonge vent van in de dertig, nu een jonge vent van 45. Met leed in het hart hebben we vernomen dat aan zijn tocht een abrupt en onverwacht einde is gekomen. We voelen mee met zijn levenspartner en zijn kinderen.

Jewel Heart

UIT HET BESTUUR.

Functie wisseling.
Dit maal zal ondergetekende u op de hoogte houden van de belangrijkste zaken die de afgelopen tijd in het bestuur van Jewel Heart hebben gespeeld. Peter Hoogveld heeft op een heel plezierige wijze het laatste jaar deze pagina gevuld. Hij heeft afscheid genomen en het secretariaat is door mij overgenomen. Het penningmeesterschap is door Ron Twisk op zich genomen. Jewel Heart groeit en dat brengt met zich mee dat er steeds meer werk verzet moet worden. Nu ik weet hoeveel tijd er in het secretariaat gaat zitten, heb ik des te meer waardering voor Peter die de dubbele functie in zijn eentje uitvoerde.



Werkgroepen.
Door Peter zijn de gegevens verzameld van de werkgroepen die binnen Jewel Heart bezig zijn. Dat zijn er maar liefst tien. Omdat het voor iedereen wel handig zal zijn om te weten wie hij voor welk onderwerp moet hebben, som ik ze hieronder op. Vermeld zijn de leden die binnen een werkgroep als eerste aanspreekpunt fungeren. Bij hen kunt u in eerste instantie met uw vragen terecht. Voor iedere werkgroep is ook een bestuurslid verantwoordelijk dat in de werkgroep zitting heeft of er regelmatig overleg mee pleegt. Op die manier kunnen wensen van binnen uit of van buiten af, die vaak geld en menskracht vragen, op een afgewogen manier behandeld worden.

Werkgroep:	***Aanspreekpunt:***
administratie	Corrie Hoogen
audio	Frank Egberts
bibliotheek	Anton Scheltinga
groepsbegeleiders	Marianne Soeters
huishouding	Piet Ziere
huisvesting	Wim Leeman
kinderen	Ineke Vrolijk
lerarenbezoek	Ineke Vrolijk
nieuwsbrief	Marion Wierda
publicaties	Piet Soeters
winkeltje	Ed Houppermans

Huisvesting.
De werkgroep is al geruime tijd bezig, met wisselend effect, om een nieuwe behuizing voor Jewel Heart te vinden. Diverse panden zijn de revue gepasseerd. Afgelopen maanden waren we dicht bij een oplossing. De Oorsprong, een winkel met zalen aan de Daalseweg werd te koop aangeboden. Het leek het bestuur een goede oplossing en we waren dicht bij een akkoord. Helaas was de prijs die uiteindelijk gevraagd werd toch beduidend te hoog. Een bewonersgroep durfde het met subsidie wel aan en is nu eigenaar. Fijn voor hen maar jammer voor ons. Te meer daar geschikte ruimten voor aanvaardbare prijzen bepaald niet voor het oprapen liggen. We gaan onverdroten verder en hebben op dit moment al weer twee aantrekkelijke pijlen op onze boog. Duidelijk is onderwijl wel, dat de uitgaven voor huisvesting wel twee tot drie maal zo groot zullen zijn in de nieuwe situatie, als waar we nu zitten.

Administratie.
Als je als stichting in een paar jaar groeit van 25 naar 100 leden, wordt de administratie van leden, financien en seminars een stuk ingewikkelder. Het vergt veel inzet en aandacht om alle gegevens te verwerken. En dat terwijl de informatie over de stichting en zijn leden zo belangrijk is. Zo moest het bestuur deze zomer een beslissing nemen over de mogelijke nieuwe huisvesting, terwijl er allerlei onzekerheden waren over het ledenverloop en onze financiële situatie. En wat nog meer knelt, de mensen die het allemaal moeten doen worden veel te veel belast.
Het bestuur heeft nu besloten om de automatisering iets verder door te zetten. We gaan over op Girotel en er is een boekhoudpakket op de computer aangeschaft. Daardoor kan de stroom aan betalingen eenvoudiger worden verwerkt. Ook is Wiek Linders bereid gevonden de financiële administratie te ondersteunen.
Voor de ledenadministratie wordt nog gezocht naar vrijwilligers die een helpende hand willen uitsteken. Bekendheid met computers is niet nodig, maar wel zeer welkom.

De bestuursvergaderingen.
Als ik terugkijk op de vergaderingen die ik heb meegemaakt, dan bestaan ze toch veel uit knopen doorhakken. Wat niets af doet aan het vaak zeer gezellige karakter. Maar er moeten toch tamelijk veel zaken de revue passeren. En de meeste zijn heel alledaags, toekennen van vergoedingen, nieuw briefpapier etc. Zo nu en dan raakt een besluit de kern van de zaak. En dan is er meer tijd voor nodig. Zoals de nieuwe huisvesting, waar menig uurtje aan besteed is en waarbij de emotionele betrokkenheid groot is. De komende nieuwsbrieven hoop ik u opnieuw te informeren over het reilen en zeilen van het bestuur.

Wim Leeman.

HELP DE WINKEL

Erg leerzaam en leuk: wie wil Ed helpen bij de verkoop in het winkeltje van Jewel Heart tijdens workshops en lezingen? Liefst mensen met belangstelling voor en enige kennis van boeddhistische literatuur en kunst. Geinteresseerden kunnen contact opnemen met Ed (024.3541992) of een briefje neerleggen in het bovenste postbakje in het kantoortje van Jewel Heart.

die haaietand

oh, die vond ik
op het strand
van callandsland
of was het toch
schiermonniksoog
want ik zag hem
met m'n rechteroog

nee, ik was'm niet
aan het zoeken
maar plots lag ie daar
precies voor m'n voeten

maar het blijft
een mooie tand
de tand die ik vond
op het callandse strand

Wiek Linders

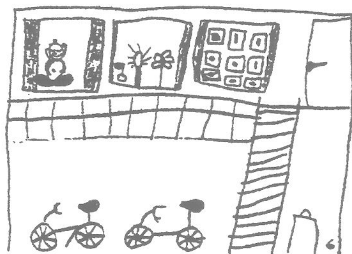


KINDERVIERING

Enkele mensen van Jewel Heart hebben het plan ontwikkeld voor een maandelijkse kinderviering, niet alleen bedoeld voor Jewel Heart mensen maar voor iedereen. Het plan is als volgt. Met ingang van 17 januari a.s. kunnen ouders en kinderen tot en met 10 jaar elke derde zondag van de maand terecht in het Boembats en Snotjanne Theater. Dan is er rond een bepaald thema een toneelstukje met poppenspel, een doe activiteit, een praat en luister activiteit, en een stilte activiteit. We beginnen en eindigen met een vast, speels ritueel. Alles bij elkaar duurt ongeveer een uur per keer, daarna is er limonade, thee en koffie en wat lekkers. Wie wil kan meedenken over het thema van de volgende keer. De entree is fl.2,50 in verband met de kosten voor drinken, lekkers en verwarming. Voordat we van start gaan willen we graag weten of men hiervoor belangstelling heeft: zouden jullie komen? En wie willen er meedenken en helpen organiseren? Laat van je horen en neem contact op met Mariët (024-3566546) of Ineke (026-3515355).

BUN – BENEFIETMAALTIJD

De jaarlijkse kennismakingsbijeenkomst van de BUN (Boeddhistische Unie Nederland) is komend jaar een benefietmaaltijd, verzorgd door de Vietnamese Boeddhistische Samenwerking in Nederhorst ten Bergh. Het nieuwe bestuurslid van de BUN, de heer Minh, heeft zijn monniken en sangha-genoten bereid gevonden het geheel te verzorgen. Dit verschaft een leuke gelegenheid elkaar te leren kennen. De opbrengsten zullen worden gebruikt voor ondersteuning van het project om een boeddhistische omroep op te richten en nieuwe initiatieven te ontplooien.
Iedereen is van harte uitgenodigd om hier naar toe te komen op 17 januari 1999. De bijeenkomst zal zijn van 11.00 tot 15.00 uur. Om 11.30 uur begeleiden de monniken een meditatie-ceremonie in hun tempel. Vanaf 12.00 uur is er een heerlijke, uitgebreide Vietnamese maaltijd. Na de maaltijd zal er 'een boeddhistische verrassing' plaatsvinden.
De benefietmaaltijd kan doorgaan als er minimaal 130 mensen komen, maar er kunnen gemakkelijk 300 mensen terecht. Het BUN bestuur hoopt dat veel boeddhisten en vrienden zulen komen en dat er vel interessante ontmoetingen ontstaan op deze dag!
Opgeven kan door fl.25,– te storten op giro 6261327 t.n.v. Boeddhistische Unie Nederland, Postbus 17286, 1001 JG Amsterdam, o.v.v. 'Benefiet 1999'; kinderen mogen zelf hun bijdrage bepalen; begin januari 1999 ontvangt u dan een toegangskaart met routebeschrijving.
Voor meer informatie kunt u bellen naar: Lisette van Aardenne 020-4681684.



In het boeddhahuisje

KINDERPAGINA

Hallo kinderen!

Wat denk je: zou het waar zijn dat kinderen beter alles in hun lichaam kunnen voelen dan grote mensen? Ik hoor wel eens dat grote mensen te veel denken, zoveel denken dat ze geen tijd meer ehbben om te voelen van binnen. Nou, het gevoel van pijn als ik me een bleuwe plek val, ken ik goed. En als ik verdietig ben, voel ik dat in mijn hoofd en mijn keel en mijn buik en mijn maag. En als ik boos ben, dan ben ik net een vuur.

Moeilijker vind ik het om in mijn borst het gevoel van licht en blijheid te voelen, het gevoel waar de hele wereld in past, het gevoel dat je van alles houdt, het gevoel waarvan zelfs de vervelende mensen en dingen er mogen zijn.
Als je eerst je lijf lekker hard laat werken, lukt het ietsje beter om dat gevoel te voelen. Tien keer heel hard door de tuin of om het huis rennen, of honderd keer heel hoog springen... Als je daarna languit op je rug op de grond gaat liggen en je rust uit tot je hart weer rustig klopt en je denkt aan alle mooie, fijne dingen en aan lieve mensen, voel je dan dat lichte blije gevoel in je borst? Voel jet daarna naar je buik, je hoofd, je armen en benen stromen? Probeer dan ook eens het licht door je huid heen naar alle leuke dingen, dieren en mensen te sturen, en zelfs naar de niet zo leuke dingen, dieren en mensen! Boeddha zegt, dat als je dat gevoel heel goed probeert te voelen, dat je dan veel gelukkiger wordt.

Bij mij lijkt het soms een klein beetje. Maar ja, ik ben geen kind meer. Als het bij jou lukt, schrijf je dan eens hoe dat gaat en wat je voelt? Je kunt gewoon naar Jewel Heart schrijven, het adres staat achterop deze nieuwsbrief, en dan schrijf je erbij "in het boeddhahuisje". Of je geeft het aan je papa of mama mee wanneer die naar Jewel Heart toe gaan.

Daag,

groetjes van Mariët





Redactie: Karin Wilbrink, Marion Wierda, Paul Oud, Piet Soeters.
Oplage: 200
De Nieuwsbrief verschijnt 3x per jaar en is een uitgave van
Jewel Heart, Boeddhistische Studie en Meditatie,
Dommer van Poldersveldtweg 27a, 6521 NC Nijmegen.
Inlichtingen: ☎ 024.322.6985. E-mail: Jewelheart.nl@wxs.nl ,
Internet: Home.wxs.nl/~jewelheart.nl .
Postbank 5182484. Abonnement: ƒ 15 per jaar.
Jewel Heart houdt zich bezig met studie van en scholing in het mahayana boeddhisme. Organisatie zonder winstoogmerk.
Spiritueel leider: Gelek Rinpoche.

JEWEL HEART
Dommer v. Poldersveldtweg 27a,
6521 NC NIJMEGEN